

Au menu cette semaine - Déjeuner

LE JOUR DU  VÉGO

LUNDI 18 Jan

Carottes râpées vinaigrette à la pomme

Salade club
feuille de chêne, épaule, emmental, tomate
Cervelas à la vinaigrette
Crêpe au fromage

Stick de poisson pané

Omelette nature

Epinards à la béchamel

Semoule berbère

Petit moulé ail et fines herbes

Fondu Président

Camembert

Yaourt nature sucré

Cocktail de fruits

Liégeois à la vanille

Roulé au chocolat

Fruit

MARDI 19 Jan

Potage de légumes mijotés

Macédoine à la mayonnaise

Salade douceure

Carotte, frisée, betterave, chou blanc, Vinaigrette
Mortadelle

Colin sauce spéculoos

Poulet sauce Montboissier

Purée de pommes de terre

Poêlée de Guyane
céleri, carotte, champignons

Camembert

Brie

Saint-Paulin

Yaourt nature sucré

Fruit

Smoothie bananes & pommes

Fromage blanc coulis de kiwi

Pain d'épices

MERCREDI 20 Jan

Panini au jambon sec

Sandwich américain

Chips

Fromage blanc

Yaourt nature sucré

Compote de pommes et bananes

Fruit

Gaufre fantasia

JEUDI 21 Jan

Endives aux pommes et noix

Salade Ninon
feuille de chêne, crevette, ananas, persil, Pomme
Pâté de campagne

Friand au fromage

Rissollette de porc sauce tomate

Tarte au chèvre & tomate
pâte feuilletée, buchette, tomate

Julienne de légumes

Coquillettes

Cotentin

Fraidou

Carré de l'Est

Yaourt nature sucré

Cake aux pommes

Rocher coco chocolat

Fruit

Mousse aux spéculoos

VENDREDI 22 Jan

Œufs durs sauce cocktail

Céleri rémoulade

Farfalle au pistou

farfalle, fromage, ail, basilic, tomate
Rillettes à la sardine

Riz à l'andalouse

riz, légumes andalouse
Saumonette en bliaff

Haricots verts

Riz créole

Yaourt nature sucré

Yaourt aromatisé

Gouda

Petit moulé

Fruit

Duo de mousses au chocolat

Gâteau fraise amande

Liégeois à la vanille

Spécialité du chef

Nouveauté  Pêche responsable  Végétarien

Ce menu est cuisiné par le chef et son équipe



LYCEE ST MARC

elior 

Nous avons identifié en gras un menu conseillé qui répond à un équilibre alimentaire sur la semaine