























Au menu du Lundi 08 Novembre au Jeudi 11 Novembre

LYCEE ST MARC SOIR

LUNDI | 08 Nov

- Rillettes à la sardine 
- Saucisson sec et cornichons 
- Endives aux croûtons 
- Escalope de dinde à la crème 
- Chou-fleur persillés 
- Pommes frites 
- Fromage blanc 
- Assortiment de fromages et laitages 
- Fruits 
- Pudding crème anglaise 
- Orange à la cannelle 
- Mousse menthe chocolat 



MARDI | 09 Nov

- Betterave vinaigrette agrume 
- Dips carottes sauce aneth 
- Pâté en croûte 
- Sauté de porc 
- Macaroni 
- Fondue de poireaux 
- Petit moulé noix 
- Assortiment de fromages et laitages 
- Fruits 
- Entremets citron 
- Riz à l'impératrice 
- Compote pommes pêches 

MERCREDI | 10 Nov

JEUDI | 11 Nov



Le midi - votre repas en famille
 - Les produits et aliments à favoriser : légumes, protéines, fruits et légumes.
 - Les nutriments à limiter : énergie, matières grasses saturées, sucres, sel.
 Et pensez aussi de varier la recette selon 3 couleurs et lettres  et de varier la recette
 chaque semaine et  la recette préférée.



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