

# Au menu du Lundi 15 Novembre au Jeudi 18 Novembre

LYCEE ST MARC SOIR

LUNDI 15 Nov

**Légumes à la grecque**  
*carotte, vin, oignon, concentré*

**Salade de riz**  
*riz, haricot rouge, poivron*

**Salade composée au bleu**  
*salade, bleu, persil*

**Ravioli à la volaille**

**Chou-fleur persillés**

**Blé Bio**  
*Pâté Bio*

**Mimolette**

**Assortiment de fromages et laitages**

**Fruits**

**Tarte flan au citron**

**Fromage blanc coulis de kiwi**

**Compote pommes cassis**

MARDI 16 Nov

**Céleri rémoulade aux pommes**

**Salade anglaise**  
*petit pois, menthe, Bouillon*

**Salade Ninon**  
*feuilles de chêne, crevette,*

**Quiche lorraine**

**Haricots verts**

**Salade verte**

**Yaourt aromatisé**

**Assortiment de fromages et laitages**

**Gâteau aux poires**

**Fruits**

**Pomme au four locale**

**Compote pommes bananes**

MERCREDI 17 Nov

**Betterave**

**Salade colombienne**  
*haricot rouge, feuille de chêne, Carottes râpées*

**Vinaigrette à la pomme**

**Beignet calamar sauce tartare**

**Riz pilaf**

**Ragout de légumes d'automne**

**Coulommiers**

**Assortiment de fromages et laitages**

**Fruits**

**Entremets à la vanille**

**Mousse chocolat au lait**

**Gaufre au sucre glace**

JEUDI 18 Nov

**Salade pyrénéenne**  
*feuille de chêne, tomate*

**Rillettes à la sardine**

**Pâté de foie**

**Côte de porc aux olives**

**Polenta au beurre**

**Céleri béchamel**

**Salade verte**

**Fromage fouetté au sel de Guérande**

**Assortiment de fromages et laitages**

**Fromage blanc au sirop de cassis**

**Compotée de pommes façon crumble**

**Moelleux au cocktail de fruits**

**Fruits**



Les notes A-E sont attribuées en fonction de la teneur en matières grasses, en sucres et en sels. Les notes A et B sont attribuées aux produits à faible teneur en matières grasses, en sucres et en sels. Et pour les produits de viande la note A est attribuée aux produits à faible teneur en matières grasses et à faible teneur en sucres et en sels.

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