

# Au menu du Lundi 15 Novembre au Vendredi 19 Novembre

LYCEE ST JOSEPH

LE JOUR DU Vég

LUNDI 15 Nov

- Coleslaw** carotte, chou blanc
- Friand au fromage**
- Poireaux vinaigrette**
- Pâté de campagne**
- Galopin de veau grillé**
- Saumonette en blaff**
- Printanière de légumes** Pommes vapeur locales
- Vache qui rit**
- Cotentin**
- Croûte noire**
- Yaourt nature sucré**
- Compote de pommes**
- Banane au four**
- Mousse chocolat au lait**
- Fruits**

MARDI 16 Nov

- Nid de macédoine et œuf**
- Pizza au fromage**
- Saucisson à l'ail fumé**
- Salade thaï croquante** iceberg, ananas, chou rouge,
- Couscous végétarien** légumes, légumes
- Colin pané et quartier de citron**
- Légumes de couscous**
- Semoule berbère**
- Saint-Paulin**
- Gouda**
- Fondu Président**
- Yaourt nature sucré**
- Fruits**
- Riz au lait**
- Barre bretonne**
- Entremets au caramel**

MERCREDI 17 Nov

- Club sandwich** carotte concombre
- Pasta box torti kebab** torti, viande kebab, Sauce tomate
- Panini 3 fromages**
- Chips**
- Salade verte**
- Fromage blanc**
- Yaourt nature sucré**
- Yaourt à la grecque framboise**
- Donuts au sucre**
- Beignet chocolat noisette**
- Compote pommes abricots**
- Fruits**

JEUDI 18 Nov

- Accras de morue**
- Salade de blé** blé, tomate, maïs
- Smoothie à la betterave**
- Chou rouge sauce mangue (Sarran)**
- Poulet pilao**
- Pennes végétariennes et curry**
- Méji-Mélo caldoche** courgette, patate douce, haricot
- Penne**
- Yaourt nature sucré**
- Yaourt aromatisé**
- Petit moulé ail et fines herbes**
- Tomme blanche**
- Banane ananas Bio coco** Fruits Bio
- Fruits**
- Crème aux œufs à la vanille**
- Moelleux bananes chocolat**

VENDREDI 19 Nov

- Croquant de salade** salade, ananas, tomate, Carottes râpées vinaigrette
- Houmous de lentilles corail au cumin**
- Toast à l'avocat**
- Colin sauce coco**
- Emincé de porc à l'ananas**
- Riz créole**
- Poêlée de Guyane** céleri, carotte, champignons
- Brie**
- Carré de l'est**
- Pavé 1/2 sel**
- Yaourt nature sucré**
- Crème onctueuse lait de coco**
- Poê calédonien** tapioca, lait de coco, lait, mangue
- Beignet abricot**
- Fruits**

SAVEURS D'OUTRE-MER

SAVEURS D'OUTRE-MER

Pêche responsable

Produits locaux

Verger EcoRespon

Origine France

Végétarien

Spécialité du chef

Nouveauté

Bleu Blanc Coeur

Le nutritionniste prend en compte :  
 - Les nutriments et aliments à favoriser : fibres, protéines, fruits et légumes.  
 - Les nutriments à limiter : énergie, acides gras saturés, sucres, sel.  
 Et permet ainsi de classer la recette selon 5 couleurs et lettres, et ainsi la recette classée la plus favorablement et la moins favorable.



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