

Lycée Saint Clement

Semaine 05 : du 28 Janvier au 1er Février 2019

Chandeleur

Déjeuner

Plan alimentaire 1

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|--------------|---|--|--|--|---|
| Entrées & co | Carottes râpées vinaigrette aux agrumes Œuf dur mayonnaise | Macédoine de légumes mayonnaise Feuilleté au fromage | Taboulé Salade de soja | Haricots verts échalote Cake au fromage | Salade mêlée Salami |
| Plats | Blanquette de dinde Saumonette sauce dieppoise | Steak haché sauce ketchup Rôti de porc braisé | Colin pané citron Roti de veau farcie sauce chasseur | Jambon braisé Poulet rôti | Filet de lieu sauce curry Boulgour lentille tomate (plat végétarien) |
| Légumes & co | Julienne de légumes Riz créole | Haricots verts persillés Lentilles | Epinards béchamel Pommes vapeur | Gratin de chou-fleur Farfalles | Poêlée de légumes Boulgour |
| Dessert & co | Gouda Vache qui rit Yaourt ou fromage frais | cotentin Camembert Yaourt ou fromage frais | Saint nectaire Petit fromage frais ail et fines herbes Yaourt ou fromage frais | Rondelé Saint paulin Yaourt ou fromage frais | Bûchette mi-chèvre Pavé 1/2 sel Yaourt ou fromage frais |
| | Fruit de saison Compote pomme fraise Liégeois | Banane Moelleux poire cannelle Fromage blanc au miel | Poire Salade de fruits Mousse au chocolat | Fruit de saison Crêpe de la chandeleur Entremets vanille | Fruit de saison Muffin aux pépites Cocktail de fruit |

Composition des plats :

Salade pastorelle: pâte, tomate, poivron vert / Salade strasbourgeoise: p. de terre, saucisse de Strasbourg / Salade du chef: riz, épaule de porc, tomate, œuf dur / Salade western: haricots rouges, maïs, poivrons

En bleu, menu recommandé nutritionnellement

Légende pictogrammes :

Porc issu de notre filière Bleu Blanc Cœur



Toute l'équipe vous souhaite un bon appétit !