

SEMAINE DU 15 au 19 NOVEMBRE 2021

	LUNDI 15 NOVEMBRE	MARDI 16 NOVEMBRE	MERCREDI 17 NOVEMBRE	JEUDI 18 NOVEMBRE	VENDREDI 19 NOVEMBRE
<u>Entrée</u>	Pennons du soleil 	Carottes râpées	Salade chinoise 	Endives aux noix et au bleu	Douceur de champignons 
	Duo pousses de soja / chou rouge 	Salade de fèves à la niçoise 	Surimi / crevettes / ananas	Tagliatelles au pesto vert	Salade de pois cassés 
	Avocat mayonnaise	Roulé au fromage 	Mêlée de radis et légumes croquants 	Caviar d'aubergines 	Boullgour aux petits légumes 
	Salade verte composée Maïs	Salade verte composée Œuf	Salade verte composée Emmental	Salade verte composée Thon	Salade verte composée Féta
	Pamplemousse rose				
<u>Plat principal</u>	Escalope de dinde aux raisins 	Colin sauce tartare 	Falafels à l'oriental	Omelette nature	Colin d'Alaska corn flakes
	Steak de soja tomate basilic	Sauté de porc aux pruneaux 	Tajine d'agneau 	Croziflette 	Steak au poivre vert 
<u>Accompagnement</u>	Courge en gratin 	Gratin dauphinois maison 	Garniture de tajine	Navets au beurre 	Chou-fleur au Saint-Paulin 
	Quenelle financière 	Purée de céleri 	Semoule	Crozets nature	Farfalles safranées 
<u>Fromage /Laitage</u>	Emmental	Bleu de bresse	Bûche de chèvre	Beaufort	Cantal
	Assortiment de laitages : yaourts et fromage blanc				
<u>Dessert</u>	Clémentine	Oreillons d'abricots	Poire	Flan patissier maison 	Gâteau roulé à la fraise 
	Gâteau au yaourt 	Banane	Gaufre au sucre glace	Pomme jaune	Orange
	Poires williams au chocolat 	Flan aux œufs maison 	Mousse au chocolat au lait	Brunoise de fruits	Liégeois Chocolat
	Gâteau individuel Fruit de saison				

MENU CONSEILLE PAR LA DIETETICIENNE :

- 1 crudité (en entrée ou en dessert)
- 1 portion protidique
- 1 portion en légumes cuits si féculents, ou l'inverse
- 1 produit laitier

Les entrées et plats proposés sont élaborés en cuisine à partir de produits de qualités : fruits et légumes en circuit court, viandes fraîches de la région Auvergne Rhône-Alpes



plat composé entièrement cuisiné avec des produits frais

Le proviseur,

O. COUTAREL

"Menus conformes au GEMRCN" (version juillet 2015), validés par Nathalie Massit Diététicienne Nutritionniste