

SEMAINE DU 27 FEVRIER AU 3 MARS 2023

	LUNDI 27 FEVRIER	MARDI 28 FEVRIER	MERCREDI 1er MARS	JEUDI 2 MARS	VENDREDI 3 MARS
		Haricots verts vinaigrette 			
	Taboulé à l'oriental 	Nouilles thai 	Salade maïs au surimi 	Carottes râpées 	Soja et petits légumes 
	Asperges vertes, sauce crémeuse 	Feuilleté tapenade chèvre	Avocat mayonnaise 	Champignons à la grecque 	Tarte chèvre, tomate et basilic
	Salade mexicaine	Jambon blanc / beurre	Pâté croûte	Tagliatelles au pesto vert 	Houmous pois chiches et toast 
	Salade verte à l'emmental 	Salade verte au jambon 	Salade verte composée au chèvre 	Salade verte composée œuf et tomates 	Salade verte et œuf poché, lardons, croutons 
	Pamplemousse				
Plat principal	Cordon bleu de dinde	Sauté de bœuf au sésame et au soja 	Tajine de poisson 	Pommes de terre farcies	Steak à l'échalotte
	Brochette de poisson à la martegale 	Pané fromage emmental	Escalope de dinde à la viennoise	Omelette au fromage 	Fish 'n chips 
Accompagnement	Gratin de chou-fleur 	Lentilles à la dijonnaise 	Céréales kasha	Ratatouille	Brocolis à la mozzarella 
	Riz aux épinards	Champignons frais sautés 	Haricots verts	Flageolets aux 4 épices 	Gratin dauphinois maison 
Fromage /Laitage	Beaufort	Camembert	Bûche de chèvre	Saint-Paulin	Cantal
	Assortiment de laitages			Assortiment de laitages	Assortiment de laitages
Dessert	Clafoutis aux poires maison 	Bavarois au citron 	Mousse chocolat noisettes 	Cookie aux pépites de chocolat 	Pomme
	Salade Acapulco 	Purée pommes fraises	Riz au lait 	Ananas	Orange
	Poire	Pomme du moment	Pomme du moment	Kiwi	
	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



Le proviseur,

S. ROCHE

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