



Semaine du **16 octobre 2017** au **20 octobre 2017**



Collège Saint Marc



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Choux rouge sauce mangue Iceberg vinaigrette orientale Pois chiche à la marocaine Carottes aux agrumes et cumin	Friand à la viande Œufs durs mayonnaise Salade douceur Carotte,frisée,betterave,chou blanc Tomates au fromage blanc		Salade de pomme de terre Pomme de terre,échalote,persil,tomate Salade de blé méditerranéenne Blé, maïs,tomate,poivron Salade croquante Tomate,orange,pomme,concombre,emmental Choux fleurs mimosas	Rosette Galantine de volaille Courgettes râpées à la mozzarella Salade de pâtes à l'andalouse
Tajine de poulet aux abricots Accras à la morue	Sauté de bœuf au paprika Fish burger		Viennoise de dinde Rôti de porc sauce poivre	Filet de lieu au pesto Saucisse de Francfort
Semoule berbère Légumes couscous	Riz créole Carottes et navets		Duo de haricots verts au beurre Lentilles	Pèle mêle provençal Purée de pomme de terre
Tartare ail et fines herbes Saint Paulin Yaourt aromatisé Yaourt nature Yaourt nature sucré	Yaourt nature sucré Yaourt aromatisé Yaourt nature Edam Fraidou		Tomme noire Rondelé nature Yaourt aromatisé Yaourt nature Yaourt nature sucré	Fromy Gouda Yaourt aromatisé Yaourt nature Yaourt nature sucré
Compote pomme abricot Fruit de saison Raisin Rocher coco au chocolat Salade de fruits exotiques	Fruit de saison Pomme bicolore Gaufre créole Île flottante au caramel Pêche au sirop		Recettes développement durable	Recettes d'Ici et d'ailleurs Fromage blanc sucré Gâteau au chocolat Fruit de saison Poire Compote pomme fraise
Plats préférés	Innovation culinaire	Recettes développement durable	Recettes d'Ici et d'ailleurs	Recettes faites maison

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