













































Semaine du 27 novembre 2017 au 1 décembre 2017



Collège Saint Marc



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
Duo de carottes et navets  Sauce fraîcheur Salade printanière  Salade, tomate, œuf dur, emmental Mortadelle  Crêpe au fromage 	Salade de riz  Riz, olive, haricot rouge, poivron Salade de cocos aux herbes Chou blanc vinaigrette  Museau vinaigrette Viennoise de dinde  Omelette aux fines herbes Epinards béchamel Torsades Yaourt nature sucré Yaourt aromatisé Yaourt nature Fraidou Gouda Fruit de saison  Clémentine Brio au cacao  Compote pommes bananes Salade de fruits 		Salade d'endives  Salade verte au maïs  Taboulé  Terrine de légumes sauce cocktail Petit salé Beignets de poisson sauce tartare  Lentilles Poêlée de petits pois, navets et carottes Carré de l'est Cotentin Yaourt aromatisé Yaourt nature Yaourt nature sucré Mousse au chocolat  Fruit de saison  Pomme bicolore Gaufre  Compote pommes framboises	Terrine de foie  Roulade aux olives  Emincé de fenouil  Artichautade et croûtons Coquille de poisson sauce aurore  Rôti de dinde sauce au bleu Gratin de poireaux Purée de pomme de terre Saint Moret Tomme blanche Yaourt aromatisé Yaourt nature Yaourt nature sucré Cake aux fruits  Maison Compote de pommes Fruit de saison  Orange Yaourt aux fruits	
Boulettes de bœuf au curry  Filet de colin à la provençale	Yaourt nature sucré Yaourt aromatisé Yaourt nature Fraidou Gouda			Petit salé Beignets de poisson sauce tartare 	Coquille de poisson sauce aurore  Rôti de dinde sauce au bleu
Boulgour pilaf Haricots verts	Epinards béchamel Torsades			Lentilles Poêlée de petits pois, navets et carottes	Gratin de poireaux Purée de pomme de terre
Croc lait Camembert Yaourt aromatisé Yaourt nature Yaourt nature sucré	Yaourt nature sucré Yaourt aromatisé Yaourt nature Fraidou Gouda			Carré de l'est Cotentin Yaourt aromatisé Yaourt nature Yaourt nature sucré	Saint Moret Tomme blanche Yaourt aromatisé Yaourt nature Yaourt nature sucré
Compote tous fruits Bande marbré au beurre  Fruit de saison  Banane Crème dessert vanille	Fruit de saison  Clémentine Brio au cacao  Compote pommes bananes Salade de fruits 			Mousse au chocolat  Fruit de saison  Pomme bicolore Gaufre  Compote pommes framboises	Cake aux fruits  Maison Compote de pommes Fruit de saison  Orange Yaourt aux fruits
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