



Phare du Coquet

L'équipe de cuisine du collège Alain vous propose le

# menu

De la semaine du 11 au 15 octobre 2021

Crudité ou fruit frais  
Légume ou fruit cuit  
Entrée avec viande ou poisson  
Plat principal  
Féculent  
Produit laitier  
Dessert sucré ou gras

Légumes et fruits de saison soulignés  
Viande bovine origine France  
\* Produit issu de l'agriculture biologique

	Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
				
Entrées	<p>Salade de tomates vertes à la feta</p> <p>ou</p> <p>Avocat crevettes</p> <p>ou</p> <p>Chou rouge au vinaigre balsamique</p>	<p>Roquette au gruyère</p> <p>ou</p> <p>Salade maïs poivron</p> <p>ou</p> <p>Poire au bleu</p>	<p>Céleri rémoulade</p> <p>ou</p> <p>* Concombre à la menthe</p> <p>ou</p> <p>Salade d'endives</p>	<p>Radis croque-en-sel</p> <p>ou</p> <p>Duo cœur d'artichaut-maïs</p> <p>ou</p> <p>Salade d'antan (raisins, noix, figues)</p>
Plat principal	<p>* Chipolatas label rouge</p> <p>ou Andouillette sauce échalote</p>	<p>Poisson meunière sauce hollandaise</p> <p>ou Poisson du jour</p>	<p>Lasagnes de légumes maison</p>	<p>Paupiettes de veau au curry</p>
Accompagnement	<p>Purées de pommes de terre jaunes et violettes</p> <p>Oignons confits</p>	<p>Brocolis béchamel</p> <p>* Boulgour</p>		<p>Flan de courgettes et carottes</p> <p>* Petits pois à la française</p>
Fromage	<p>Fromage ou yaourt / Salade verte</p>	<p>Petit suisse ou fromage / Salade verte</p>	<p>Fromage ou yaourt / Salade verte</p>	<p>Fromage ou yaourt / Salade verte</p>
Dessert	<p>Fruit de saison</p>	<p>* Fruit de saison / Ananas en gondole</p>	<p>Fruit de saison / Glace Snikers, Mars</p>	<p>* Fruit de saison / Assortiment de fruits secs</p>