

Plouhinec


L'équipe de cuisine du collège Alain vous propose le

menu

De la semaine du 16 au 20 mai 2022

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 origine France
 * Produit issu de l'agriculture biologique

	Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
				
Entrées	<u>Concombre</u> ou <u>Courgettes</u> à l'indienne ou Salade de lentilles	Melon Bayonne ou Chou chinois aux noix et gruyère ou Salade russe	Pamplemousse ou Salade piémontaise ou <u>Betteraves</u> aux pommes	Salade Eve ou Salade de maïs et tomates ou <u>Frisée</u> aux miettes de surimi
Plat principal	Nuggets ou escalope viennoise maison sauce ketchup maison	Poisson du jour ou Calamar à l'américaine	Risotto de petits légumes au lait de coco	* Rôti de porc aux pruneaux ou Andouillette grillée
Accompagnement	Frites/ <u>Oignons</u> caramélisés	* Boulgour noir ou far noir/ * Brocolis au four	Flan de <u>chou-fleur</u> et vanille	Duo de purée <u>carottes céleri</u> / * Pommes fruit au four
Fromage	Fromage <u>Salade verte</u>	Fromage ou * Yaourt / <u>Salade verte</u>	Fromage blanc ou * yaourt / <u>Salade verte</u>	Fromage ou Petit suisse / <u>Salade verte</u>
Dessert	* <u>Fruit de saison</u> /	* <u>Fruit de saison</u>	* <u>Fruit de saison</u> / Ile flottante maison ou Pithiviers maison	* <u>Fruit de saison</u> / * <u>Compote de fruits</u>