



Phare de l'île Vierge


L'équipe de cuisine du collège Alain vous propose le

# menu

De la semaine du 10 au 14 janvier 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 bovine origine France  
 \* Produit issu de l'agriculture biologique

	Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
				
<b>Entrées</b>	<p>Potage <u>poireaux pommes de terre</u>            ou            Salade de crevettes et avocat            ou            * <u>Betteraves aux pommes</u></p>	<p>* <u>Pamplemousse</u>            ou            Taboulé de chou-fleur            ou  <u>Céleri rémoulade</u></p>	<p>Wraps de légumes            ou            * <u>Concombre ciboulette</u>            ou            Tomates feta</p>	<p>Radis croque-en-sel            ou            Feuilleté au fromage            ou            Samoussas de légumes</p>
<b>Plat principal</b>	<p>Rôti ou émincé de dinde            sauce marchand de vin</p>	<p>Calamar à l'armoricaine            ou Poisson du jour crumble de brioche</p>	<p>Raclette savoyarde            (jambon, jambon cru, saucisson)</p>	<p>Pavé tomate mozzarella            sauce ketchup maison</p>
<b>Accompagnement</b>	<p>* <u>Pâtes au beurre</u>  <u>Carottes vichy</u></p>	<p>Riz pilaf/            * <u>Epinards sauce béchamel</u></p>	<p><u>Pommes de terre savoyardes</u></p>	<p>* <u>Haricots verts à l'échalote</u>  <u>Potimarron rôti</u></p>
<b>Fromage</b>	<p>Fromage /  <u>Salade verte</u></p>	<p>Petit suisse ou fromage /  <u>Salade verte</u></p>	<p>* <u>Yaourt /</u>  <u>Salade verte</u></p>	<p>Fromage ou yaourt /  <u>Salade verte</u></p>
<b>Dessert</b>	<p><u>Fruit de saison/</u>            Fromage blanc aux fruits rouges</p>	<p><u>Fruit de saison/</u>            Ananas en gondole</p>	<p>* <u>Fruit de saison</u></p>	<p><u>Fruit de saison</u>            Eclair au chocolat</p>