


 Plat végétarien

 Origine de nos viandes

 Plat sans viande

\* = Plat avec du porc



# Menu "Self Collégien"

DU 26/09/2022 AU 30/09/2022

Ces menus ont été réalisés en collaboration avec notre diététicienne.

Menu Mario




**lundi 26**




**mardi 27**




**jeudi 29**




**vendredi 30**

  
**ENTRÉES**




1  Brocolis sauce tartare  
2  Macédoine de légumes  
3  Terrine de campagne\*




1  Coeur de laitue  
2  Concombre tzatziki  
3  Crêpe forestière




1  Carottes rapées aux étoiles (maïs)  
2  Plantes carnivores (céleri) sauce mimosa  
3  Salami\*




1  Salade neptune  
2  Salade du berger  
3  Poireaux vinaigrette mimosa

  
**PLATS**




1  Filet de hoki MSC sauce citron  
2  Aiguillette de poulet à l'estragon  
3 

1  Moussaka végétarienne (plat complet)  
2  Moussaka de boeuf (plat complet)  
3  Filet de lieu MSC forestière




1  Boules de feu au boeuf sauce ketchup  
2  Beaufilet de colin aux champignons turbo  
3 

1  Croque monsieur\*  
2  Tarte au fromage  
3  Saucisse de francfort\*

  
**Accompagnement**




1  Ebly au beurre  
2  Epinards béchamel  
3 




1  Aubergines gratinées à la tomate  
2 




1  Macaronis  
2  Légumes de Toad (champignons persillés)  
3 




1  Salade verte  
2  Lentilles au jus  
3 

  
**LAITAGES**




1  Tomme noire à la coupe  
2  Petit suisse sucré  
3  Fromage enveloppé




1  Frulos  
2  Saint-môret  
3  Bûche du Pilat à la coupe




1  Petit Louis'Gi  
2  Yaourt ETREZ nature sucré au lait entier  
3  Brie à la coupe



1  Fromage blanc sucré  
2  Coulommiers à la coupe  
3  Fromage enveloppé

  
**DESSERTS**

1  Poire  
2  Pomme  
3  Liégeois vanille caramel

1  Gâteau au miel  
2  Donut au sucre  
3  Raisin

1  Compote maison pomme banane dérapante  
2  Princesse Peach (pêche au sirop)  
3  Crème dessert saveur praliné

1  Raisin  
2  Prune (sous réserve)  
3  Gaufre de Bruxelles

