



Bon appétit !

Au menu cette semaine

Cité Scolaire
François 1^{er}
VITRY LE FRANCOIS

Du lundi 24 janvier au vendredi 28 janvier 2022

PLAN ALIMENTAIRE GEMRCN – aliments soulignés = menus conseillés

5 familles, 5 couleurs :

Viandes, poissons, œufs

Produits laitiers

Féculents

Produit fait maison

+ 1 menu végétarien alternatif au moins 1 fois par semaine


pain bio



fruits et légumes

Matières grasses



Jour	Déjeuner	Dîner
LUNDI 24 Janvier	<u>Tomates mozzarella*</u> - <u>Salade frisée*</u> <u>Céleri sauce moutarde*</u> <u>Aie de raie vinaigrette*</u> <u>Steak de requin grillé à l'huile d'olive*</u> <u>Hachis Parmentier (V.B.F.)*</u> et végétal <u>Choux Romanesco*</u> <u>Fromage bio</u> ou <u>yaourt nature bio</u> - <u>Desserts lactés- Compote bio</u> <u>Pâtisserie*</u> - <u>Fruit</u>	<u>Potage cultivateur*</u> <u>Thon vinaigrette*</u> <u>Longe de porc au paprika (V.P.F.)*</u> <u>Coquillettes - Coco à la tomate*</u> <u>Fromage bio</u> ou <u>yaourt nature bio</u> - <u>Desserts lactés- Compote bio</u> <u>Mousse au chocolat -Fruit</u>
MARDI 25 Janvier	<u>Duo d'agrumes*</u> - <u>Asperges mousseline*</u> <u>Taboulé*</u> - <u>Feuille de chêne*</u> <u>Emincé de volaille au kebab (V.F.)*</u> <u>Côtes d'agneau aux herbes (V.F.)*</u> <u>Flageolets*</u> - <u>Macaroni</u> <u>Fromage bio</u> ou <u>yaourt nature bio</u> - <u>Desserts lactés- Compote bio</u> <u>Crème Montmorency*</u> - <u>Fruit</u>	<u>Assiette de crudités*</u> - <u>Scarole*</u> <u>Carbonade flamande (V.B.F.)*</u> <u>Julienne de légumes*</u> <u>Fromage bio</u> ou <u>yaourt nature bio</u> - <u>Desserts lactés- Compote bio</u> <u>Clafoutis*</u> - <u>Fruit</u>
MERCREDI 26 Janvier	<u>Radis/beurre*</u> <u>Chou rouge aux lardons*</u> <u>Salade milanaise*</u> - <u>Laitue*</u> <u>Omelette au fromage*</u> <u>Canard à l'orange (V.F.)*</u> <u>Quinoa à la tomate*</u> - <u>Endives braisées*</u> <u>Fromage bio</u> ou <u>yaourt nature bio</u> - <u>Desserts lactés- Compote bio</u> <u>Soupe de fruits*</u> - <u>Fruit</u>	<u>Salade frisée*</u> <u>Croissant au jambon (V.P.L.)*</u> <u>Filet de hoky*</u> <u>Haricots verts bio*</u> <u>Fromage bio</u> ou <u>yaourt nature bio</u> - <u>Desserts lactés- Compote bio</u> <u>Fruit</u>
JEUDI 27 Janvier	<u>Laitue*</u> - <u>Salade au roquefort*</u> <u>Terrine forestière - Salami</u> <u>Rôti de veau (V.F.)*</u> <u>Côte de porc charcutière (V.P.F.)*</u> <u>Epinards*</u> - <u>Petits pois/carottes*</u> <u>Fromage bio</u> ou <u>yaourt nature bio</u> - <u>Desserts lactés- Compote bio</u> <u>Abricot sur crème anglaise - Fruit</u>	<u>SOIREE AMERICAINE</u> <u>Salade américaine*</u> <u>Cheese burger(V.B.F.) - Fry dip</u> <u>Fromage bio</u> ou <u>yaourt nature bio</u> - <u>Desserts lactés - Compote bio</u> <u>Mirabelles au sirop - Brownies*</u>
VENDREDI 28 Janvier	<u>Salade Lola*</u> - <u>Frisée au chèvre*</u> <u>Salade du chef*</u> <u>Cake au jambon*</u> <u>Rosbeef (V.B.F.)*</u> <u>Blanquette de poisson*</u> <u>Riz pilaf*</u> - <u>Choux de Bruxelles*</u> <u>Fromage bio</u> ou <u>yaourt nature bio</u> - <u>Desserts lactés- Compote bio</u> <u>Fruit des bois chantilly - Fruit</u>	 <u>Chou Romanesco</u>

V.B.F. = Viande Bovine Française

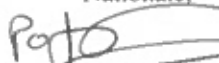
Le Médecin de l'Education
Nationale,

La Gestionnaire

Le Provoiseur

La Principale
Collège GISELE PROBST

Les délégués de
classe


Evelyne ADRIAN

Marie Th. LECOMTE
Gérard RECOQUE

Charles STUHLIOUE