

Victor Hugo

Menu conseillé (application de la charte nutritionnelle)



SELF 3 (lundi, mardi, jeudi, vendredi) AU CHOIX

Entrées, laitages et desserts du menu

Hamburger ou Cheeseburger ou Wings

Pizza 5 fromages (chèvre, gorgonzola, cantal...)

Pizza royale (jambon – champignons)

Pizza paysanne (pommes de terre, lardons, reblochon)

Pizza andalouse (chorizo, poivrons rouges et verts)

Pizza de l'Atlantique (saumon fumé)

Toutes les pizzas sont réalisées avec pour fromage de garniture du cantal, de l'emmental et de la mozzarella

Frites et Légumes du jour

Groupes d'aliments :

Lait et produits laitiers

Viandes, poissons, œufs

Légumes et fruits

Céréales, pommes de terre, légumes secs

Huile, margarine, beurre, crème

Produits locaux, Bio ou BBC

MENU

Du Lundi 21 au Vendredi 25 janvier 2019

Lundi 21

Salade à la truite fumée de l'Ariège - Salade tunisienne - Cœur de palmier

Sauté de mouton au miel et épices ou Merguez

Semoule et Légumes du couscous

Salade verte à volonté - Fromage ou Yaourt

Fromage blanc/crème de marrons - Mousse café - Yaourt aux fruits - Fruit - Pain

Mardi 22

Salade César - Chou aux lardons - Waldorf salade

Parmentier de canard ou Chipolatas

Purée maison et Haricots verts

Salade verte à volonté - Fromage ou Yaourt

Panna cotta - Flan nappé caramel - Crème vanille - Fruit - Pain

Mercredi 23

Club sandwich - Salade de chèvre chaud

Moules ou Pavé de colin

Frites et Ratatouille

Salade verte - Fromage ou Yaourt

Ananas caramel - Petit suisse sucré - Fruit - Pain

Jeudi 24

Salade kébab - Carottes à la coriandre - Poireau mimosa

Spaghetti à la bolognaise

ou Spaghetti à la carbonara

Salade verte à volonté - Fromage ou Yaourt

Yaourt gourmand - Compote - Salade de fruits - Fruit - Pain

Vendredi 25

Salade champignons/jambon - Radis/beurre - Betteraves/Pommes

Noix de joue de porc confite ou Paupiette de dinde

Riz et Poivrons sautés

Salade verte à volonté - Fromage ou Yaourt

Clafoutis cerise - Paris-Brest - Beignets variés - Fruit - Pain

LYCEE GENERAL ET TECHNOLOGIQUE

INTERNATIONAL VICTOR HUGO

33 bd Victor Hugo — BP 50317

31773 COLOMIERS CEDEX

L'Adjointe Gestionnaire

L'Infirmière

Le Proviseur

Isabelle REPERANT

France AUTRAN

Laure MOUDEN