

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

MENU

Du Lundi 06 au Vendredi 10 novembre 2017

Lundi 06

Pêche au thon - **Mâche au bleu** - **Radis/beurre**
Cuisse de poulet ou **Sauté de bœuf**
Pâtes et **Poêlée de légumes**
Salade verte à volonté - **Fromage** ou **Yaourt**
Mousse au chocolat - **Yaourt aux fruits** - **Liégeois chocolat** - **Fruit** - **Pain**

Mardi 07

Salade kébab - **Carottes râpées** - **Choux aux lardons**
Spaghetti à la bolognaise
ou **Spaghetti à la carbonara**
Salade verte à volonté - **Fromage** ou **Yaourt**
Glaces variées - **Fruit** - **Pain**

Mercredi 08

Tomate/Féta - **Endives au Roquefort**
Croustade de jambon ou **Brochette de dinde**
Semoule et **Tomates confites**
Salade verte à volonté - **Fromage** ou **Yaourt**
Poire Belle-Hélène - **Salade de fruits** - **Fruit** - **Pain**

Jeudi 09

Salade soja/cacahuète/poulet - **Betteraves/Maïs** - **Macédoine**
Parmentier de canard ou **Saucisse**
Purée et **Haricots verts**
Salade verte à volonté - **Fromage** ou **Yaourt**
Gâteau basque - **Cannelé** - **Cheese cake** - **Fruit** - **Pain**

Vendredi 10

Roulé au fromage - **Pomme de terre/Hareng** - **Taboulé**
Pavé de lieu au chorizo ou **Gratin de poisson et fruits de mer**
Riz et **Epinards**
Salade verte à volonté - **Fromage** ou **Yaourt**
Cake italien - **Flan nappé caramel** - **Fromage blanc** - **Fruit** - **Pain**

LYCEE GENERAL ET TECHNOLOGIQUE
INTERNATIONAL VICTOR HUGO
33 Bd Victor Hugo — BP 50317
31773 COLOMIERS CEDEX

L'Adjointe Gestionnaire

Isabelle REPERANT

L'Infirmière

France AUTRAN

Le Proviseur

Didier DEVILARD