

Lycée Georges Cuvier Montbéliard  
Menu de la semaine du 03 au 07 janvier 2022

LUNDI 03/01 DÉJEUNER	MARDI 04/01 DÉJEUNER	MERCREDI 05/01 DÉJEUNER	JEUDI 06/01 DÉJEUNER	VENDREDI 07/01 DÉJEUNER
<p>Macédoine de légumes </p> <p>ou <b>Salade de betteraves rouges</b> </p> <p>ou Salade verte </p> <p>***</p> <p><b>Steak haché</b> </p> <p>Croustillant au fromage  </p> <p><b>Frites</b> </p> <p><b>Côtes de blettes béchamel</b> </p> <p>***</p> <p><b>Crème dessert parfum au choix</b> </p>	<p><b>Œuf dur mayonnaise</b> </p> <p>ou Salade comtoise  </p> <p>ou Velouté de potiron  </p> <p>***</p> <p><b>Blanquette végétarienne au seitan</b> </p> <p>ou Poêlée de légumes   </p> <p><b>Riz</b> </p> <p>ou <b>Flan de courgettes au kiri</b> </p> <p>***</p> <p><b>Fromage</b> </p> <p>***</p> <p><b>Chinois aux pépites de chocolat</b> </p> <p>ou Chinois aux raisins secs  </p>	<p>Salade de haricots verts </p> <p>***</p> <p>Filet mignon garni à la saucisse de Montbéliard  </p> <p>ou Poisson </p> <p>Gratin dauphinois  </p> <p>ou Carottes glacées </p> <p>***</p> <p>Fromage </p> <p>***</p> <p>Tarte poire amandine au chocolat  </p>	<p>Concombre à la crème  </p> <p>ou <b>Salade exotique</b> </p> <p>ou Potage de légumes </p> <p>***</p> <p><b>Navarin d'agneau</b> </p> <p>ou Poisson aux amandes </p> <p>ou Œufs brouillés au fromage  </p> <p><b>Pommes rissolées</b> </p> <p>ou <b>Chou fleur à la polonaise</b> </p> <p>***</p> <p><b>Laitage</b> </p> <p>***</p> <p><b>Galette des rois</b> </p>	<p>Salade carottes / olives  </p> <p>ou Salade composée  </p> <p>ou <b>Potage Chorba</b> </p> <p>***</p> <p><b>Couscous royal</b> </p> <p>ou Couscous végétarien  </p> <p>***</p> <p><b>Fromage</b> </p> <p>***</p> <p><b>Moelleux au chocolat</b> </p>

DÎNER	DÎNER	DÎNER	DÎNER	DÎNER
<p>Terrine de campagne </p> <p>***</p> <p>Cuisse de poulet rôti  </p> <p>Polenta </p> <p>***</p> <p>Fromage blanc &amp; son coulis de fruit  </p>	<p>Taboulé de perles </p> <p>***</p> <p>Poisson meunière </p> <p>ou Duo de carottes à la crème </p> <p>***</p> <p>Fromage </p> <p>***</p> <p>Banane au chocolat  </p>	<p>Velouté de légumes </p> <p>***</p> <p>Tomate cocotte  </p> <p>Cœur de blé </p> <p>***</p> <p>Laitage </p> <p>***</p> <p>Galette maison  </p>	<p>Salade verte composée  </p> <p>***</p> <p>Tartiflette  </p> <p>***</p> <p>Mousse à la framboise</p>	

Produit frais

Fait maison

Produit local

Surgelés

Bio

Conserves

Végétarien

PLAN NATIONAL DE NUTRITION SANTÉ : plat mentionné en rouge