

Lycée Georges Cuvier Montbéliard  
Menu de la semaine du 16 au 20 janvier 2023

LUNDI 16/01	MARDI 17/01	MERCREDI 18/01	JEUDI 19/01	VENDREDI 20/01
<b>DÉJEUNER</b>	<b>DÉJEUNER</b>	<b>DÉJEUNER</b>	<b>DÉJEUNER</b>	<b>DÉJEUNER</b>
<p><b>Salade emmental / crouton</b> 😊 😞</p> <p>ou Salade de betteraves/maïs 😊 😞</p> <p>ou Salade verte ***</p> <p><b>Chili sin carne</b> 😞 😊 🌿</p> <p>ou Curry de légumes 😞 😊 🌿</p> <p>Riz ***</p> <p>Flan vanille ou Chocolat 😞 😊</p>	<p><b>Salade thon/olives</b> 😞 😊</p> <p>ou Salade composée 😞 😊</p> <p>ou Velouté de champignons *** 😞 😊</p> <p><b>Poulet rôti</b> 😞 😊</p> <p>ou Dos de colin crumble parmesan 😊 😊</p> <p><b>Frites</b></p> <p>ou <b>Epinards à la crème</b> 😊</p> <p>***</p> <p>Danette liégeoise 😞</p>	<p>Velouté d'asperges 😊</p> <p>***</p> <p>Cordon bleu de poulet 😊</p> <p>pané 😞</p> <p>Petits pois / carottes 😞</p> <p>***</p> <p>Fromage ***</p> <p>Crêpe Suzette 😊</p>	<p><b>Nem poulet/samoussa bœuf</b> 😊</p> <p>ou Nem légumes/samoussa légumes 😊</p> <p>ou Salade chinoise 😞 😊</p> <p>***</p> <p><b>Sauté de porc sauce aigre douce</b> 😞 😊 🌿</p> <p>ou Dos de cabillaud aux épices 😊</p> <p>***</p> <p><b>Nouilles sautées</b> 😞 😊</p> <p>ou <b>Poêlée chinoise</b> ***</p> <p>Yaourt à boire ***</p> <p><b>Salade de fruits impériale</b> 😊</p> <p>ou Ananas frais 😞</p>	<p>Rillettes de thon maison 😞</p> <p>ou <b>Céleri rémoulade</b> 😞</p> <p>ou Velouté de potiron 😞</p> <p>***</p> <p>Rôti de filet de dinde 😊 😊</p> <p>ou <b>Blanquette de la mer</b> 😊 😊</p> <p><b>Ebly</b></p> <p>ou <b>Poêlée de légumes frais</b> 😞 😊</p> <p>***</p> <p>Fromage ***</p> <p>Donut au choix 😊</p>
<b>DÎNER</b>	<b>DÎNER</b>	<b>DÎNER</b>	<b>DÎNER</b>	<b>DÎNER</b>
<p>Soupe de lentilles 😞 😊</p> <p>***</p> <p>Quiche lorraine 😞 😊</p> <p>Salade verte 😞</p> <p>***</p> <p>Crème dessert 😊</p>	<p>Concombre Tzatziki 😞 😊</p> <p>***</p> <p>Cheeseburger 😊</p> <p>Potatoës ***</p> <p>Petits suisses ***</p> <p>Poire au sirop 😊</p>	<p>Salade tomates / maïs 😞 😊</p> <p>***</p> <p>Raviolis gratinés 😊</p> <p>ou Raviolis de légumes bio</p> <p>😊</p> <p>***</p> <p>Fromage ***</p> <p>Beignet fourré choco/noisette 😊</p>	<p>Feuilleté au comté 😊</p> <p>***</p> <p>Poisson pané 😊</p> <p>Riz aux petits légumes ***</p> <p>Fromage ***</p> <p>Clémentine 😞</p>	

\* L'origine de viandes est notifiée au self

Produit frais 😞

Fait maison 😊

Produit local 🌿

Surgelés 😊

Bio 🌿

Conserves 😊

Végétarien 🌿

PLAN NATIONAL DE NUTRITION SANTÉ : plat mentionné en rouge