

**Menu du Lycée Jean Perrin
Du lundi 16 août 2021 Au vendredi 20 août 2021**

		lundi 16 août 2021	mardi 17 août 2021	mercredi 18 août 2021	jeudi 19 août 2021	vendredi 20 août 2021
Déjeuner	Entrée	Chou blanc râpé / olives	Salade verte au fromage	Salade de tomates olives	bonbon piment	Jambon de volaille en salade
					samoussas	Macédoine mayonnaise
					Salade verte	
	Plat principal	Spaghetti à la carbonara	PAELLA SANS PORC	HACHIS PARMENTIER AU TOFOU	Cabri massalé	Poisson au brède
		Spaghetti à la carbonara au tofu	Paëlla royale		Vindaye d'espadon	Sauté de porc au miel
						Sauté de légumes au tofu
	Accompagnement		Rougail citron ou sauce citron		Pois du Cap massalé et citrouille	Riz Grains Rougail
					riz blanc	
					Rougail citron ou sauce citron	
	Fromage					
Dessert	compote de fruits	Sorbet	cocktail de fruits exotique	yaourt	fruit frais / fromage	
Pain	Pain 400 g					

Dîner	Entrée	Salade composée	Friand au fromage	Asperges vertes vinaigrette	Salade mexicaine	
	Plat principal	Pilaou	Côte d'agneau	CARI DE CAMARONS	Cordon bleu	
			Brochette de poisson			
	Accompagnement		Flageolets	Riz Grains Rougail	Haricots verts persillés pommes de terre	
	Fromage					
Dessert	yaourt	fruit cru	fruit frais / fromage	Yaourt aux fruits rouges		
Pain	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g		

LE GESTIONNAIRE

Mme M.REAME



Le PROVISEUR

M.G.VIEILLEUSE



Menu du Lycée Jean Perrin
Du lundi 23 août 2021 Au vendredi 27 août 2021

		lundi 23 août 2021	mardi 24 août 2021	mercredi 25 août 2021	jeudi 26 août 2021	vendredi 27 août 2021
Déjeuner	Entrée	Salade coleslaw	chou fleur en salade	Salade verte au maïs	Betteraves et oeufs durs	Salade composée
	Plat principal	cari canard	Omelette au fromage	rougail z'andouilles	Poulet des moines	Poisson au gingembre
		Civet de lapin		Sauce crevettes aux combava		Boeuf aux olives
		Daube de légumes				
	Accompagnement	Riz Grains Rougail	Pâtes au beurre	Riz jaune	frites	Fricassée de brèdes
			Poêlée de légumes		Haricot vert sauté	Riz Grains Rougail
	Fromage					
	Dessert	yaourt	fruit frais / fromage	yaourt	fruit cru	yaourt
Pain			Pain 400 g			Flan

Dîner	Entrée	Salade de riz	Salade variée	salade de tomate mozzarella	Quiche au poireaux	
	Plat principal	rissolette de poulet panée	Rôti de dindonneau	Escalope à la crème	Côte de porc créole	
					Cari poisson	
	Accompagnement	Petits pois carottes	Riz Grains Rougail	POMME CUBE RISSOLEE	Riz Grains Rougail	
			Fricassée de brèdes			
	Fromage					
	Dessert	fruit frais / fromage	yaourt	Sorbet	fruit cru	
Pain	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g			

LE GESTIONNAIRE
Mme M.REAME



Le PROVISEUR
M.G.VIEILLEUSE



Menu du Lycée Jean Perrin
Du lundi 30 août 2021 Au vendredi 3 septembre 2021

		lundi 30 août 2021	mardi 31 août 2021	mercredi 1 septembre 2021	jeudi 2 septembre 2021	vendredi 3 septembre 2021
Déjeuner	Entrée	Salade chinoise	Salade au chou rouge	samosas	salade verte au noix	Courgettes à la grecque
	Plat principal	Omelette à la ratatouille	Shop suey porc	nasi goreng jambon poulet	Couscous au poulet	Sauce thon
			Shop suey poulet	nasi goreng aux légumes	Couscous royal	Daube de légumes
			Shop suey aux légumes			Civet pied de porc
	Accompagnement	pâtes	riz blanc rougail tomate	Rougail dakatine	Semoule composée	Riz Grains Rougail
					sauce harissas	
	Fromage					
	Dessert	FLAN VANILLE CAMELISE	yaourt	fruit frais / fromage	yaourt	Pâtisserie fraîche
				Sorbet		
Pain	Pain 400 g					

Dîner	Entrée	Gratin de chou-fleur	Radis en salade	Salade verte -oeuf mimosa	Salade variée	
	Plat principal	CHILI CON CARNE au poulet	Raviolis poulet gratiné	Rôti de boeuf poisson pané	Carry cerf	
	Accompagnement	riz blanc rougail tomate		Purée gratinée	Riz Grains Rougail	
				Haricot vert sauté		
	Fromage					
	Dessert	fruit cru	Pomme au four	cocktail de fruits exotique	yaourt	
Pain	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g		

LE GESTIONNAIRE

Mme M.REAME



Le PROVISEUR

M.G.VIEILLEUSE



Menu du Lycée Jean Perrin
Du lundi 6 septembre 2021 Au vendredi 10 septembre 2021

		lundi 6 septembre 2021	mardi 7 septembre 2021	mercredi 8 septembre 2021	jeudi 9 septembre 2021	vendredi 10 septembre 2021
Déjeuner	Entrée	Friand au fromage	Salade verte	Poireaux vinaigrette	Salade de betteraves tonique	Quiche lorraine
			Salade de museau / vinaigrette			Salade verte au fromage
	Plat principal	cari coq	Cuisse de poulet rôtie	LASAGNE MAISON	Foo yung aux légumes	LE CARI BICHQUES
		Sauté de légumes au tofu	Steak tofu			massalé de kangourou
	Accompagnement	Riz Grains Rougail	pommes boulangères		Riz Grains Rougail	Riz Grains Rougail
		Fromage				
	Dessert	fruit cru	yaourt	fruit cru	fruit cru	fruit cru
Fromage blanc au sucre				yaourt		
Pain	Pain 400 g					

Dîner	Entrée	Salade de Chouchoux	Carottes râpées au fromage	Salade verte / tomates	Salade variée
	Plat principal	Gigot d'agneau rôti	Tomate farcie	Sauté de porc aux brèdes	Chausson bolognaise de dinde
		Brochette de poisson panée		Poisson au brède	poisson pané
	Accompagnement	Gratin de légumes	riz blanc rougail tomate	riz blanc rougail tomate	Pâtes au beurre
		Fromage			
	Dessert	fruit cru	crème dessert	yaourt	Compote de pomme et biscuit
		Pain	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g

LE GESTIONNAIRE

Mme M.REAME



Le PROVISEUR

M.G.VIEILLEUSE



Menu du Lycée Jean Perrin
Du lundi 13 septembre 2021 Au vendredi 17 septembre 2021

		lundi 13 septembre 2021	mardi 14 septembre 2021	mercredi 15 septembre 2021	jeudi 16 septembre 2021	vendredi 17 septembre 2021
Déjeuner	Entrée	Salade verte au maïs	CAROTTES AUX AMANDES	Salade de tomates olives	chou fleur en salade	Nem aux légumes Salade verte
	Plat principal	BROCHETTE DE DINDE AIGRE-DOUCE	Rougail saucisse porc Rougail saucisses de volaille rougail de saucisse de soja	macaroni à la moderne	Poulet rôti Rôti de porc	Riz cantonnais rougail dakatine
	Accompagnement	Pommes de terre persillées Poêlée de légumes	Riz embrocale Rougail aubergine		Poêlée de légumes Riz Grains Rougail	
	Fromage					
	Dessert	yaourt	fruit frais / fromage	Chou chantilly	yaourt fruit cru	fruit cru glace enrobée
	Pain			Pain 400 g		

Dîner	Entrée	Salade composée	Salade de choux	Asperges vertes vinaigrette	Salade duo (verte + cresson)	
	Plat principal	Riz à l'espagnole au poulet	Jambon sauce madère Brochette de poisson panée	Rougail boudin Cari poisson	GIBELLOTTE DE LAPIN	
	Accompagnement	Sauce gros piment	CAROTTE VICHY Flageolets	Riz Grains Rougail Fricassée de brèdes	Gratin de légumes	
	Fromage			Camembert portion		
	Dessert	chocolat liégeois	yaourt		fruit cru	
	Pain	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	

LE GESTIONNAIRE

Mme M.REAME



Le PROVISEUR

M.G.VIEILLEUSE



Menu du Lycée Jean Perrin
Du lundi 20 septembre 2021 Au vendredi 24 septembre 2021

		lundi 20 septembre 2021	mardi 21 septembre 2021	mercredi 22 septembre 2021	jeudi 23 septembre 2021	vendredi 24 septembre 2021
Déjeuner	Entrée	Salade verte	Salade de tomates	Macédoine vinaigrette	Carottes et raisins secs	Salade chinoise
		Crêpe au fromage				
	Plat principal		Cari de pintade au combava	Cordon bleu	ROUGAIL BOUCANE VOLAILLE	Sauté de poisson gros piment
			Daube de légumes		Rougail boucané	Porc à l'ananas
					pâtes piment	
	Accompagnement	Légumes couscous	Riz Grains Rougail	frites	Riz jaune	Riz Grains Rougail
		Semoule				Poêlée de légumes
		sauce harissas				
	Fromage					
	Dessert	Fromage blanc aux fruits	yaourt	fruit cru pays	yaourt	yaourt
				Flan	Sorbet	
Pain	Pain 400 g					

Dîner	Entrée	Courgettes vinaigrette / maïs	Gratin de citrouille	Salade variée	Salade de riz	
	Plat principal	PIZZA JAMBON FROMAGE	Jambon sauce madère	Cuisse de poulet rôtie	STEAK HACHE DE VOLAILLE	
	Accompagnement		Spaghettis	Riz Grains Rougail	Garniture printanière	
	Fromage					
Dessert	yaourt	fruit cru	mousse chocolat	fruit frais / fromage		
			yaourt			
Pain	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g		

LE GESTIONNAIRE

Mme M.REAME



Le PROVISEUR

M.G.VIEILLEUSE



Menu du Lycée Jean Perrin
Du lundi 27 septembre 2021 Au vendredi 1 octobre 2021

		lundi 27 septembre 2021	mardi 28 septembre 2021	mercredi 29 septembre 2021	jeudi 30 septembre 2021	vendredi 1 octobre 2021
Déjeuner	Entrée	Salade verte	Salade verte aux croutons	Coeurs de palmier en salade	Salade de concombres à la menthe	Salade Russe
		pois chiche à l'indienne				
	Plat principal	Cari de porc aux carottes	Steak tofu	Filet de poulet au citron	Tajine de poulet aux pruneaux	cassoulet créole
		Sauce crevettes aux combava			Tajine d'agneau aux pruneaux	fricassée de volailles
		Daube de légumes			Tajine de légumes	rougail de saucisse de soja pâtes piment
	Accompagnement	Riz jaune	Gratin de légumes	Riz Grains Rougail	Semoule	riz blanc
		Sauce gros piment			sauce harissas	
	Fromage					
	Dessert	yaourt	Compote de pomme et biscuit	fruit frais / fromage	yaourt	Fromage blanc aux fruits fruit cru
Pain	Pain 400 g					

Dîner	Entrée	Friand au fromage	Salade verte	Salade verte -oeuf mimosa	Salade variée	
			Bouchon de poulet			
	Plat principal	Poisson aux fines herbes	Shop suey poulet	Merguez grillées	Chili con carne	
		Navarin aux pommes				
	Accompagnement	Haricots verts au jus	riz blanc rougail tomate	Pâtes au beurre	riz blanc	
					Rougail tomate	
	Fromage					
	Dessert	fruit frais / fromage	yaourt	yaourt	Pâtisserie fraîche	
Pain	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g		

LE GESTIONNAIRE

Mme M.REAME



Le PROVISEUR

M.G.VIEILLEUSE



Menu du Lycée Jean Perrin
Du lundi 4 octobre 2021 Au vendredi 8 octobre 2021

		lundi 4 octobre 2021	mardi 5 octobre 2021	mercredi 6 octobre 2021	jeudi 7 octobre 2021	vendredi 8 octobre 2021	
Déjeuner	Entrée	Salade verte aux croutons	Salade coleslaw	Salade verte	Chou blanc râpé / olives	Salade duo (verte + cresson)	
		Emmental râpé		TARTE FLAMBEE (FLAMMEKÜECHE)		Emmental râpé	
	Plat principal	Spaghettis bolognaise volaille	Cari poulet			Civet de canard	Boeuf aux champignons
		Spaghettis Bolognaise	Daube de légumes			Cari poisson	Cari camarrons
		Daube de légumes					
	Accompagnement		Riz jaune			Riz Grains Rougail	Chou-fleur sauté
			Sauce gros piment			Poêlée de légumes	Riz Grains Rougail
	Fromage						
	Dessert	Flan	yaourt	fruit cru	yaourt	crème dessert	
	Pain	Pain 400 g					

Dîner	Entrée	Quiche au poireaux	Crêpe au fromage	Salade de tomates	Salade de thon au maïs	
		Salade verte				
	Plat principal	Rôti de dindonneau	rissolette de poulet panée	emincé de poulet strogonoff	Raviolis poulet gratiné	
	Accompagnement	Riz Grains Rougail	Purée	Riz pilaf		
	Fromage					
	Dessert	yaourt	fruit cru	Compote de pomme et biscuit	fruit frais / fromage	
Pain	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g		

LE GESTIONNAIRE

Mme M.REAME



Le PROVISEUR

M.G.VIEILLEUSE



Menu du Lycée Jean Perrin
Du lundi 25 octobre 2021 Au vendredi 29 octobre 2021

		lundi 25 octobre 2021	mardi 26 octobre 2021	mercredi 27 octobre 2021	jeudi 28 octobre 2021	vendredi 29 octobre 2021
Déjeuner	Entrée	Achard de légumes	Céleri rémoulade	SALADE VERTE AUX FRUITS	Pâtes aux légumes	Saucisson beurre
				Sauce sardine		Salade verte
	Plat principal	Cari poulet fumé au chou chou	Poulet des moines	Rougail boudin	Tortillas pdt et champignons	Rougail morue
		Daube de légumes	Steak tofu			rougail de saucisse de soja
		pâtes piment				
	Accompagnement	Riz jaune	Poêlée de légumes	Riz Grains Rougail		Riz Grains Rougail
			Pâtes au beurre			
	Fromage			Fromage		
Dessert	yaourt	fruit cru		yaourt	Pâtisserie fraîche	
Pain	Pain 400 g					

Dîner	Entrée	Salade de tomate maïs	Chou bicolore	salade exotique	Bouchon de poulet	
	Plat principal	Paupiette sauce chasseur	Riz cantonnais volaille rougail dakatine	Poulet rôti	Côte de porc créole	
		Poisson aux fines herbes			Poisson frit	
	Accompagnement	Carottes vichy		Gratin de chou-fleur	Riz Grains Rougail	
		Chou-fleur sauté				
	Fromage					
	Dessert	Fromage blanc au sucre	yaourt	fruit cuit pêche	fruit frais / fromage	
Pain	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g		

LE GESTIONNAIRE

Mme M.REAME



Le PROVISEUR

M.G.VIEILLEUSE

