

Menu du Lycée Jean Perrin
Du lundi 1 novembre 2021 Au vendredi 5 novembre 2021

		lundi 1 novembre 2021	mardi 2 novembre 2021	mercredi 3 novembre 2021	jeudi 4 novembre 2021	vendredi 5 novembre 2021
Déjeuner	Entrée		Chou blanc râpé / olives	Salade verte / tomates	Salade verte	Pâté de foie de volaille / cornichons
					Nem aux légumes	Pâté de campagne
	Plat principal	FERIE	Spaghetti à la carbonara	Lapin à la moutarde	bryani de légumes	PATES/LEGUMES EN SALADE
			Spaghetti à la carbonara au tofu			Boucanne brède manioc
	Accompagnement			Riz pilaf		Riz Grains Rougail
				riz blanc rougail tomate		
	Fromage		Emmental			
	Dessert		compote de fruits	yaourt	fruit frais / fromage	fruit cru pays
Pain					yaourt	
Boisson		Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	

Dîner	Entrée		Salade composée	Crudités variées	Friand au fromage / salade verte	
	Plat principal		Pilaou	Cordon bleu	CARI DE CAMARONS	
	Accompagnement			Haricots verts / pommes de terre	Riz Grains Rougail	
					Poêlée de légumes	
	Fromage					
	Dessert		yaourt	Yaourt aux fruits rouges	glace enrobée	
	Pain		Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	
Boisson						

L'ADJOINTE GESTIONNAIRE

Mme M. REAME



Le PROVISEUR

M.G. VIEILLEUSE



Menu du Lycée Jean Perrin
Du lundi 8 novembre 2021 Au vendredi 12 novembre 2021

		lundi 8 novembre 2021	mardi 9 novembre 2021	mercredi 10 novembre 2021	jeudi 11 novembre 2021	vendredi 12 novembre 2021
Déjeuner	Entrée	Crêpe au fromage	Salade verte	Poireaux vinaigrette		Salade verte au fromage
			Salade de museau / vinaigrette			Salade verte maïs
	Plat principal	Sauté de légumes au tofu	Poulet rôti	LASAGNE MAISON	FERIE	Shop suey crevettes
		Ti jacques poulet fumé	Steak tofu			Shop suey poulet
	Accompagnement	Riz Grains Rougail	pommes boulangères			Riz Grains Rougail
	Fromage					
	Dessert	fruit cru	yaourt	fruit cru		FLAN VANILLE CAMELISE
Pain	Fromage blanc au sucre					
Boisson	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g		Pain 400 g	
Dîner	Entrée	Salade verte	Carottes râpées au fromage			
		Achards de chou chou				
	Plat principal	Gigot d'agneau rôti	Steack d'espardon			
		Brochette de poisson panée				
	Accompagnement	Pommes de terre rissolées	Gratin de légumes			
	Fromage					
	Dessert	yaourt	fruit cru pays			
Pain	Pain 400 g	Pain 400 g				
Boisson						

L'ADJOINTE GESTIONNAIRE

Mme M.REAME



Le PROVISEUR

M.G.VIEUX



Menu du Lycée Jean Perrin
Du lundi 15 novembre 2021 Au vendredi 19 novembre 2021

		lundi 15 novembre 2021	mardi 16 novembre 2021	mercredi 17 novembre 2021	jeudi 18 novembre 2021	vendredi 19 novembre 2021
Déjeuner	Entrée	Carottes râpées aux amandes	Salade chinoise	Maïs aux choux	salade verte au noix	Courgettes à la grecque
					Salade au roquefort	
	Plat principal	Omelette aux champignons	Colombo de porc	Riz cantonnais volaille, rougail dakatine	Tajine d'agneau aux pruneaux	Boucané pommes de terre
		Omelette fines herbes	Cari poisson		Tajine de poulet aux pruneaux	Cari poisson
	Accompagnement	Pâtes papillon	Daube de légumes		Tajine de légumes	
			Riz jaune		Semoule	Riz embrocate
	Fromage		Sauce gros piment		sauce harissas	Rougail mangues
	Dessert	Flan	yaourt	fruit frais / fromage	Sorbet	Pâtisserie fraîche
Pain	yaourt			yaourt		
Boisson			Pain 400 g			

Dîner	Entrée	chou fleur en salade Emmental râpé	Salade aux radis	Salade verte -oeuf mimosa	Salade variée	
	Plat principal	Spaghetti à la carbonara	Raviolis poulet gratiné	Darne de saumon sauce safran	cari boucané volaille aux choux	
	Accompagnement		Haricot vert sauté	PUREE MOUSSELINE	Riz Grains Rougail	
				Courgettes sautées		
	Fromage					
	Dessert	fruit cru	Apple crumble	Compote de pomme et biscuit	Yaourt aromatisé	
Pain	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g		
Boisson						

L'ADJOINTE GESTIONNAIRE

Mme M.REAME



Le PROVISEUR

M.G VILLEUSE



Menu du Lycée Jean Perrin
Du lundi 22 novembre 2021 Au vendredi 26 novembre 2021

		lundi 22 novembre 2021	mardi 23 novembre 2021	mercredi 24 novembre 2021	jeudi 25 novembre 2021	vendredi 26 novembre 2021
Déjeuner	Entrée	Achard de légumes	Salade verte au maïs	Salade de tomates olives	Maïs aux choux	Concombre en salade
				Sauce sardine		
	Plat principal	Cari poulet	Steak tofu	Rougail boudin	rissolette de porc panée	Paëlla au poulet
		Cari poisson	Oeufs brouillés piperade		rissolette de poulet panée	Paëlla royale
	Accompagnement	Daube de légumes	Gratin de chou-fleur	Riz jaune	Pâtes au beurre	Sauce gros piment
		Riz Grains Rougail		Rougail citron ou sauce citron		
	Fromage					
	Dessert	yaourt	cocktail de fruits exotique	Crème de marron au fromage blanc	Yaourt aromatisé	glace enrobée
Pain			Pain 400 g		Yaourt sucré	
Boisson						
Dîner	Entrée	Poireaux vinaigrette	Salade composée	Macédoine vinaigrette	Salade duo (verte + cresson)	
	Plat principal	Sauté de poisson à la "jamaïcaine"	Riz à l'espagnole au poulet	Tartiflette au jambon	Pintade au cambava	
	Accompagnement	Enfornados de légumes verts à légumes de l'or	Sauce gros piment		Riz Grains Rougail	
	Fromage					
Dessert	chocolat liégeois	yaourt	fruit cru pays	fruit fruits / fromage		
Pain	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g		
Boisson						

L'ADJOINTE GESTIONNAIRE

Mme M.REAME



Le PROVISEUR

M.G.V. LÉTISE



Menu du Lycée Jean Perrin
Du lundi 29 novembre 2021 Au vendredi 3 décembre 2021

		lundi 29 novembre 2021	mardi 30 novembre 2021	mercredi 1 décembre 2021	jeudi 2 décembre 2021	vendredi 3 décembre 2021
Déjeuner	Entrée	Salade verte aux croutons Emmental râpé	Salade coleslaw	Salade coeur de palmier	salade exotique	Salade russe
	Plat principal	Spaghettis bolognaise volaille	Petit salé aux lentilles	HACHIS PARMENTIER AU TOFOU	Cari poulet petits pois	Rougail morue
		Spaghettis Bolognaise SPAGHETTIS SAUCE BOLOGNAISE VEGETALE	Sauce thon			Rougail d'oeuf
						Sauté de légumes au tofu
	Accompagnement		Poêlée de légumes Riz Grains Rougail		Daube de légumes Riz jaune Rougail aubergine	Riz Grains Rougail
	Fromage					
	Dessert	Flan	yaourt	fruit cru	Sorbet yaourt	fruit frais / fromage
	Pain			Pain 400 g		
Boisson						

Dîner	Entrée	Salade verte et bouchon poulet	Salade de chou / carottes	Courgettes à la grecque	Salade niçoise	
	Plat principal	POULET SAUTE AUX CHOUCHOUX	poisson pané Navarin aux pommes	Riz cantonnais volaille rougail dakotiné	Merguez grillées	
		Accompagnement	riz blanc rougail tomate	Haricot vert sauté		SPAGHETTI A L'ITALIENNE
	Fromage		Camembert portion			
	Dessert	yaourt	fruit cru	yaourt	fruit frais / fromage	
	Pain	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	
	Boisson					

L'ADJOINTE GESTIONNAIRE

Mme M.REAME



Le PROVISEUR

M.G VIENHUSE



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

		lundi 6 décembre 2021	mardi 7 décembre 2021	mercredi 8 décembre 2021	jeudi 9 décembre 2021	vendredi 10 décembre 2021
Déjeuner	Entrée	SALADE DE PATES SAINT-PHILIBERT	Salade de museau / vinaigrette	Salade verte au maïs	Carottes et céleri remoulade	Salade composée
	Plat principal	Civet de coq	Poulet des moines	Fricassée de poulet	Tortillas pdt et champignons	Cari de poisson combava
			Steak tofu			Boeuf carottes
	Accompagnement	Daube de légumes	Pâtes tricolores	riz blanc rougail tomate		Chou-fleur poêlé
		Riz Grains Rougail				Riz jaune
	Fromage					Sauce gros piment
	Dessert	yaourt	fruit cru	yaourt	Compote tous fruits	Pâtisserie fraîche
	Pain			Pain 400 g		yaourt
Boisson						
Dîner	Entrée	Salade de tomates	Salade verte au fromage	salade exotique	Salade verte et bouchon poulet	
	Plat principal	Paupiette sauce chasseur	Civet de pintade	Poulet rôti	Côte de porc créole	
					Poisson frit	
	Accompagnement	Petits pois carottes	Riz Grains Rougail	Gratin de Chouchoux	Riz Grains Rougail	
	Fromage					
	Dessert	Fromage blanc aux fruits	yaourt	Abricots au sirop	fruit frais / fromage	
	Pain	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	
Boisson						

L'ADJOINTE GESTIONNAIRE

Mme M.REAME



Le PROVISEUR

M.G.VIEILLEUSE



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

		lundi 13 décembre 2021	mardi 14 décembre 2021	mercredi 15 décembre 2021	jeudi 16 décembre 2021	vendredi 17 décembre 2021	
Déjeuner	Entrée	Salade verte		Macédoine vinaigrette	Carottes et raisins secs	Salade chinoise	
		Crêpe au fromage			Salade concombre gros piment		
	Plat principal			Raviolis poulet gratiné	Cari bringelles saucisse fumé	Cordon bleu	
						Cordon bleu aux légumes	
	Accompagnement	Semoule couscous				Daube de légumes	Pâtes au beurre
		Légumes couscous				Riz jaune	
	Fromage	sauce harissas					
	Dessert	yaourt		fruit cru pays	yaourt	Compote de pomme et biscuit	
Pain	Pain 400 g		Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g		
Boisson		REPAS DE NOEL					

Dîner	Entrée		Salade variée	Salade de riz	Salade verte croûtons	
	Plat principal		nasi goreng jambon poulet	steack haché de volailles	PIZZA JAMBON FROMAGE	
	Accompagnement		Rougail dakatine	Quadrants de légumes		
	Fromage					
	Dessert		yaourt	fruit frais / fromage	yaourt	
	Pain		Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	
	Boisson	REPAS DE NOEL				

L'ADJOINTE GESTIONNAIRE

Mme M.REAME



Le PROVISEUR

M.G.VIEILLEUSE



Menu du Lycée Jean Perrin
Du lundi 24 janvier 2022 Au vendredi 28 janvier 2022

		lundi 24 janvier 2022	mardi 25 janvier 2022	mercredi 26 janvier 2022	jeudi 27 janvier 2022	vendredi 28 janvier 2022
Déjeuner	Entrée	Chou blanc râpé / olives	salade verte au noix	Salade de tomates mimosa	Betteraves fines herbes	Salade variée
	Plat principal	Cari poulet au épi de maïs	Spaghetti à la carbonara	nasi goreng jambon poulet	COTE DE PORC CHARCUTIERE	Cari d'oeuf massalé
			Spaghetti à la carbonara au tofu		Brochette de poisson panée	
	Accompagnement	Riz jaune		Rougail tomate	Cordon bleu aux légumes	Riz Grains Rougail
		Poêlée de légumes			Purée Mousline	
	Fromage					
	Dessert	Yaourt aromatisé	compote de fruits	yaourt	fruit cru	yaourt
	Pain			Pain 400 g		
Boisson						
Dîner	Entrée	Friand au fromage	Salade composée	Asperges vertes vinaigrette	Salade de carottes rapées / oeuf dur	
	Plat principal	Côte d'agneau	Pilaou	Poulet rôti	Cari camarons	
			Merguez grillées			
	Accompagnement	FLAGEOLETS FORESTIERS		Haricot vert sauté	Riz Grains Rougail	
	Fromage			Pommes de terre rissolées		
	Dessert	fruit frais / fromage	yaourt	fruit frais / fromage	Yaourt brassé au sucre	
	Pain	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	Pain 400 g	
	Boisson					

L'ADJOINTE GESTIONNAIRE

Mme M.REAME



Le PROVISEUR

M.G.VIEILLEUSE

