

# Lycée François Arago



## Menus du 16 janvier au 20 janvier 2023

*Ces menus peuvent être changés en fonction des approvisionnements*

<b>Lundi 16 janvier 2023</b>	
<b><i>Demi-Pension</i></b>	<b><i>Internat</i></b>
Salade de mâche / Concombre persillé  Escalope viennoise / Beignet de calamar ou filet de mahi-mahi Potatoes / Haricots verts  Fromage ou Laitage Mousse de marron ou Pomme golden	Tarte aux légumes et fromage / Pamplemousse aux raisins secs  Dinde en marinade / Merlu aux fines herbes Riz pilaf / Petits légumes bio  Fromage ou Yaourt Cocktail de fruit à la cannelle ou Pomme Gala
<b>Mardi 17 janvier 2023</b>	
<b><i>Demi-Pension</i></b>	<b><i>Internat</i></b>
Radis noirs / Carottes râpées  Omelette / Poisson blanc Riz parfumé / Brocolis  Fromage ou Laitage Flan parisien ou Entremet mangue ou Fruit	Feuilleté saucisse de volaille / Tourte aux asperges  Cuisse de poulet grillé / Filet de dorade sébaste Gratin de pommes de terre / Semoule au cumin  Fromage frais ou Emmental Crème dessert ou Orange
<b>Mercredi 18 janvier 2023</b>	
<b><i>Demi-Pension</i></b>	<b><i>Internat</i></b>
Entrée au choix  Plat viande, poisson ou œufs au choix Accompagnement légumes ou féculents au choix  Fromage ou Laitage Dessert ou Fruit	Endives aux noix / Pousses de haricots mungo  Cordon bleu à la bolognaise / Prince de la mer sauce Nantua Pates coquille / Brocolis vapeur au sel de Guérande  Fromage blanc ou Yaourt Pâtisserie ou Fruit
<b>Jeudi 19 janvier 2023</b>	
<b><i>Demi-Pension</i></b>	<b><i>Internat</i></b>
Tarte aux poireaux / Betteraves ensoleillées  Croq bolognaise / Croquette de poisson Semoule / Epinards à la crème  Fromage ou Laitage Entremet de semoule ou Fruit	Salade verte au fromage / Petit feuilleté du fromager  Boulettes de bœuf / Filet de lieu à l'estragon Spicy Wedges / Poêlée de légumes parfumée à l'oignon rouge  Fromage ou Yaourt Compote de fraise ou Fruit
<b>Vendredi 20 janvier 2023</b>	
<b><i>Demi-Pension</i></b>	<b><i>Internat</i></b>
Salade de tomates / Salade de pommes de terre  Boulettes de bœuf / Gourmet de colin Pâtes penne / Courgettes persillées  Fromage ou Laitage Compote à la cannelle ou Fruit	

Le proviseur

Le gestionnaire

Le chef de cuisine