

Lycée François Arago



Menus du 30 janvier au 3 février 2023

Ces menus peuvent être changés en fonction des approvisionnements

Lundi 30 janvier 2023	
<i>Demi-Pension</i>	<i>Internat</i>
Feuilleté emmental / Salade composée Brochette de dinde orientale / Profilé de colin meunière Semoule / Courgettes persillées Camembert BIO ou Laitage Compote à la cannelle ou Fruit	Endives façon périgourdine / Concombre mentholé Chausson de volaille / Plein filet de lieu sauce tomate Pâtes spaghettis au pesto rouge / Poêlée de légumes frais grillés Fromage ou Yaourt Pâtisserie ou Fruit
Mardi 31 janvier 2023	
<i>Demi-Pension</i>	<i>Internat</i>
Terrine de légumes / Concombre Cuisse de poulet ou Croq bolo / Croquette de poisson ou Calamar Frites / Poêlée de légumes tonic Fromage ou Laitage Salade de fruits ou Fruit	Nems au porc sur lit de soja / Samoussas aux légumes Poulet sauce mandarin / Poêlée chinoise de la mer Riz cantonnais / Wok de légumes à la pékinoise Fromage blanc au litchi ou Fromage Salade de fruits Acapulco ou Ananas confits au sirop
Mercredi 1^{er} février 2023	
<i>Demi-Pension</i>	<i>Internat</i>
Entrée au choix Plat viande, poisson ou œufs au choix Accompagnement légumes ou féculents au choix Fromage ou Laitage Dessert ou Fruit	Tomates à la parisienne / Médaille de volaille Bœuf en boulette / Filet de saint-pierre à l'estragon Pommes de terre en friteuse / Poêlée de légumes frits Fromage ou Yaourt Glace ou Fruit
Jeudi 2 février 2023	
<i>Demi-Pension</i>	<i>Internat</i>
Nems crevette ou poulet / Salade choux chinois Sauté de bœuf à la coriandre / Lieu à la citronnelle Riz coco / Légumes chinois sautés au tamari Fromage ou Activia coco Tarte à la mangue ou Tarte Coco ou Litchi	Feuilleté chaud aux 3 fromages / Crudités variées Dinde à la forestière / Poisson pané citronné Boulgour nature / Gratin de légumes Fromage frais ou Yaourt Liégeois et crème dessert ou Pomme gala
Vendredi 3 février 2023	
<i>Demi-Pension</i>	<i>Internat</i>
Endives aux noix / Betteraves ensoleillées Cordon bleu / Pesca de Hoki pané Pâtes penne / Poêlée de légumes villageoise Fromage ou Laitage Dessert fermier au chocolat ou Fruit	

Le proviseur

Le gestionnaire

Le chef de cuisine