

# MENUS

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi 02/09/10	Vendredi 03/09/10
			<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Melon</li> <li>⌘ Rôti de dinde Janzé LR</li> <li>• Sauce Marengo</li> <li>◆ Poêlée méridionale</li> <li>□ Fruit AB</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Taboulé AB</li> <li>⌘ Filet de poisson frais</li> <li>● Pomme vapeur AB</li> <li>❖ Camembert AB</li> <li>◆ Compote AB</li> </ul>
Lundi 06/09/10	Mardi 07/09/10	Mercredi 08/09/10	Jeudi 09/09/10	Vendredi 10/09/10
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Salade Canut</li> <li>⌘ Poulet Label Janzé</li> <li>• Sauce basquaise</li> <li>● Semoule AB</li> <li>❖ Mimolette</li> <li>❖ Crème glacée petit pot</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Tomate vinaigrette AB</li> <li>⌘ Jambon</li> <li>● Purée grand-mère</li> <li>❖ Camembert AB</li> <li>□ Pomme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⌘ Salade verte / œuf dur</li> <li>⌘ Tajine d'agneau</li> <li>● Cocos Paimpolais</li> <li>❖ Edam</li> <li>□ Fruit frais AB</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Betteraves rouges</li> <li>⌘ Saucisse grillée</li> <li>◆ Lentilles au petits légumes AB</li> <li>❖ Yaourt AB</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Salade de pépinettes</li> <li>⌘ Dos de colin frais</li> <li>• Sauce Normande</li> <li>◆ Mélange de légumes</li> <li>❖ Saint Paulin</li> <li>□ Fruit frais AB</li> </ul>
Lundi 13/09/10	Mardi 14/09/10	Mercredi 15/09/10	Jeudi 16/09/10	Vendredi 17/09/10
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Melon</li> <li>● Cordon bleu</li> <li>◆ Haricots verts</li> <li>❖ Semoule au lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Salade américaine</li> <li>⌘ Bœuf bourguignon LR</li> <li>• Race blonde Aquitaine</li> <li>◆ Carottes vichy AB</li> <li>❖ 1 Verre de lait AB</li> <li>❖ Flan pâtissier</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>REPAS LYONNAIS</li> <li>⌘ Cervelas en broche</li> <li>⌘ Poulet à l'ivoire</li> <li>● Frites</li> <li>□ Fruit frais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⌘ Carottes râpées AB / Gruyère</li> <li>⌘ Rôti de porc</li> <li>• Sauce curry</li> <li>◆ Compote de pommes</li> <li>❖ Banane</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Tomates AB vinaï. mozzarella</li> <li>⌘ Filet de poisson frais</li> <li>• Sauce béarnaise</li> <li>● Riz pilaf AB</li> <li>□ Fruit frais</li> </ul>
Lundi 20/09/10	Mardi 21/09/10	Mercredi 22/09/10	Jeudi 23/09/10	Vendredi 24/09/10
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Salade Strasbourgeoise</li> <li>⌘ Navarin d'agneau</li> <li>• Cuisson douce</li> <li>◆ Petit pois à la Française</li> <li>❖ Crème vanille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Concombre vinaigrette AB</li> <li>⌘ Poulet bleu blanc cœur</li> <li>◆ Aux pommes</li> <li>● Pommes vapeur AB</li> <li>❖ 1 verre de lait AB</li> <li>❖ Cône glacé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Taboulé frais</li> <li>⌘ Lanque de bœuf</li> <li>• Sauce tomates</li> <li>◆ Printanière de légumes</li> <li>❖ Brie</li> <li>◆ Salade de fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Salade Betteraves crues AB</li> <li>● Spaghetti</li> <li>⌘ Carbonara</li> <li>❖ Fromage chèvre Plouquenast</li> <li>□ Fruit frais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⌘ Pâté de campagne cornichon</li> <li>⌘ Dos de colin frais</li> <li>• Sauce hollandaise</li> <li>◆ Julienne de légumes pdt</li> <li>❖ Flanby</li> </ul>

## RENTREE SCOLAIRE 2010/2011 DES ECOLES DE PLERIN



Grand Léjon : Légué  
 Port Horel – Pougonnère : Saint-Laurent  
 Jean Leuduger : Saint-Laurent  
 Harel de la Noé : Plérin centre  
 Notre Dame : Plérin centre  
 Le Sépulcre : Sépulcre

Menus en couleurs sur : [www.ville-plerin.fr](http://www.ville-plerin.fr)

- crudité
- ◆ cuidité
- féculent
- ⌘ œuf/viande/poisson
- ❖ produit laitier

LR = Produit Label Rouge  
 AB = Produit issu de l'agriculture biologique

Salade canut : Salade, lardons, saucisson à l'ail, croûtons, tomates, vinaigrette.  
 Salade de pépinettes : Pépinettes (petites pâtes), dés de jambon, tomates, maïs, persil, vinaigrette.  
 Salade américaine : Cœur de palmier, jambon, maïs, tomates, gruyère en dés.  
 Salade strasbourgeoise : Pommes de terre, saucisse, persil, échalote.

Validé par une diététicienne  
 du Club Nutriservices