

U.P.C Jean Mermoz
Montpellier

Lycée :

Menus - Semaine : 49

pompidou

menu conseillé

| lundi 4 décembre 2017 | | | mardi 5 décembre 2017 | | | mercredi 6 décembre 2017 | | | jeudi 7 décembre 2017 | | | vendredi 8 décembre 2017 | | |
|---|---|---|--|---|---|---|---|---|--|---|---|--|---|---|
| <i>Pamplemousse au sucre</i> | | | <i>Betterave à la Normande</i> | | | <i>Salade verte au surimi</i> | | | <i>Iceberg de Région</i> | | | <i>Salade verte et oeuf dur</i> | | |
| <i>Salade de lentilles au curry</i> | | 0 | <i>Oeuf dur mayonnaise</i> | | 0 | <i>Courgette provençale bio</i> | | 0 | <i>Salade d'endive aux noix et croutons</i> | | 0 | <i>Salade de pomme de terre aux poulpes</i> | | 0 |
| <i>Salade de haricots verts et thon</i> | | | <i>Salade de brocolis Caprice</i> | | | <i>Salade Piemontaise §</i> | | | <i>Avocat aux crevettes</i> | | | <i>Salade Coleslaw</i> | | |
| <i>Feuilleté jambon emmental § (x60)</i> | | | <i>Saucisson à l'ail §</i> | | | <i>Concombre vinaigrette</i> | | | <i>Salade de farfalles Océane</i> | | | <i>Maquereau à la moutarde (x15)</i> | | |
| <i>Sauté de porc au safran §</i> | | | <i>Suprême de colin grillé Hollandaise (x47)</i> | | | <i>Merguez</i> | | | <i>Cassoulet § (pc)</i> | | | <i>Saucisse fumée §</i> | | |
| <i>Blanquette de saumon aux petits légumes</i> | | 0 | <i>Noix de joue de boeuf aux olives</i> | | 0 | | | 0 | <i>Filet de lieu sauce Hollandaise</i> | | 0 | | | 0 |
| | | | <i>Saucisse de Strasbourg §</i> | | | <i>Fileté de poisson pané cuit (x46)</i> | | | | | | <i>Pané de boulgour pois chiche emmental (x47)</i> | | |
| <i>Riz à la Provençale</i> | | 0 | <i>Tagliatelles au beurre + râpé</i> | | 0 | <i>Semoule à l' Orientale</i> | | 0 | | | 0 | <i>Lentilles Dijonnaise</i> | | 0 |
| <i>Chou fleur à la Hongroise</i> | | | <i>Haricot vert bonne femme</i> | | | <i>Courgettes de Région sautées</i> | | | <i>Haricot beurre</i> | | | <i>Carottes sautées</i> | | |
| <i>Rondelé au noix **</i> | | 0 | <i>Mini cabrette ***</i> | | 0 | <i>Tartare ail et fines herbes **</i> | | 0 | <i>Chanteneige ***</i> | | 0 | <i>Petit Loubes fermier ***</i> | | 0 |
| <i>Yaourt nature bio Yogourmand</i> | | | <i>Yaourt nature Danone</i> | | | <i>Petit suisse nature x2</i> | | | <i>Faisselle</i> | | | <i>Yaourt nature Danone</i> | | |
| <i>Fromage blanc sauce mangue abricot (x50)</i> | | 0 | <i>Yaourt Danone aux fruits</i> | | 0 | <i>Danette vanille sur lit au caramel</i> | | 0 | <i>Calin lit de fruits</i> | | 0 | <i>Beignet à la pomme (x60)</i> | | 0 |
| <i>Fruit de saison</i> | | | <i>Fruit de saison</i> | | | <i>Fruit de saison</i> | | | <i>Salade de fruits fraîche Region (x40)</i> | | | <i>Fruit de saison</i> | | |
| Total 5 composantes (Self) | | | Total 5 composantes (Self) | | | Total 5 composantes (Self) | | | Total 5 composantes (Self) | | | Total 5 composantes (Self) | | |
| Total 3 composantes (Grill) | | | Total 3 composantes (Grill) | | | Total 3 composantes (Grill) | | | Total 3 composantes (Grill) | | | Total 3 composantes (Grill) | | |
| Total : | 0 | 0 | | 0 | 0 | | 0 | 0 | | 0 | 0 | | 0 | 0 |

Crudités & cuidités

Elements protidiqes (Viande, poisson, œuf)

Féculents & Féculents et légumes cuits

Produits laitiers

§ = plat contenant du porc

(pc) = plat complet

(x..) = multiple à respecter

Teneur en calcium des fromages :

* = moins de 100 mg

** = entre 100 et 150 mg

*** = plus de 150 mg