

## Menu du Lycée Français Jean Monnet Semaine du 02 septembre au 06 septembre 2019



1	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Potage</b>	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	<b>Potage du jour</b>	Potage du jour
<b>Entrée 1*</b>	Mâche	Céleri râpé BIO	Macédoine de légumes	Concombre au fromage blanc	Tomate mozzarella
<b>Entrée 2</b>	Terrine de la mer	Betteraves à l'ail	Chou chinois	Jambon blanc	Feuille de chêne
<b>Entrée 3</b>	Salade de pâtes à l'italienne	Maïs	Frisée aux lardons de dinde	Avocat	Rosette
<b>Plat 1*</b>	Dos de colin "meunière"	Filet de poulet rôti	Filet de julienne sce vierge	Tajine de bœuf	Fish stick sce tartare
<b>Plat 2</b>	Mignonette de porc grillée	Omelette aux herbes	Boudin blanc	Filet de lieu noir poché	Emincé de bœuf poêlé
<b>Plat végété</b>	Fallafel sce à la coriandre	Pêche au thon	Quinoa aux courgettes et amandes	Poêlée de pois chiches Bio à l'orientale	Quiche aux poireaux
<b>Légume*</b>	Haricots beurre	Aubergines grillées sce tomates	Chou vert braisé	Légumes couscous	Salade composée
<b>Féculent*</b>	Riz pilaf	Farfalle	Quinoa BIO	Semoule	Purée maison
<b>Laitage 1*</b>	Crème vanille	Yaourt fruits rouges	Brie français	Faisselle au miel	Emmental Bio
<b>Laitage 2</b>	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Chimay
<b>Laitage 3</b>	Gouda	Leerdammer	Merlin	Port Salut	Petits filous
<b>Dessert 1*</b>	Nectarine BIO	Crumble aux pommes	Eclair au chocolat	Poire	Ananas
<b>Dessert 2</b>	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés

\*Plats conseillés & maternelles

Pour toute question relative aux allergènes, veuillez vous référer au tableau affiché dans le restaurant ou vous adresser au chef de cuisine (cuisine@lyceefrançais.be). Les recettes peuvent varier.

Cuisiné maison Bio  
 Porc Pêche durable

## Menu du Lycée Français Jean Monnet Semaine du 09 septembre au 13 septembre 2019



2	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Potage</b>	Potage du jour	Potage tomate BIO	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour
<b>Entrée 1*</b>	Salade de melon & féta	Radis vinaigrette	Poireaux ravigote	Salade piémontaise à l'emmental	Dips de légumes sce cocktail
<b>Entrée 2</b>	Fenouil au sésame	Quiche au fromage	Lollo rossa	Cœur d'artichaut	Salade de tomates vinaigrette
<b>Entrée 3</b>	Saucisson de poulet fumé	Chou rouge au balsamique	Salade au blanc de poulet	Haricots beurre vinaigrette	Cobourg
<b>Plat 1*</b>	Escalope de dinde	Bœuf braisé	Filet de dorade aïoli	Roulés de limande	Filet de poulet
<b>Plat 2</b>	Tomate farcie	Filet de merlu vapeur	Veau Marengo	Paupiette de porc	Filet de hoki à la ciboulette
<b>Plat végétarien</b>	Steak de soja	Quenelles de blé à la béchamel	Tofu grillé au sésame	Chili sin carne	Tortilla
<b>Légume*</b>	Tomate provençale	Stoemp de potiron et oignons	Courgettes BIO grillées à l'huile d'olive	Ratatouille niçoise	Epinards crème
<b>Féculent*</b>	Riz	/	Blé	Spaghetti	Pdt grenailles rôties au thym
<b>Laitage 1*</b>	Crème caramel	Fromage blanc et son coulis de fruits rouges	Café liégeois	Yaourt sucré bio	Semoule au lait
<b>Laitage 2</b>	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Boursin	Yaourt au choix	Yaourt au choix
<b>Laitage 3</b>	Maredsous	Camembert	Bleu d'Auvergne	Saint Paulin	Petit moulé
<b>Dessert 1*</b>	Banane Bio	Compotiné	Tarte fine aux prunes	Découpe de pastèque	Génoise crème anglaise
<b>Dessert 2</b>	Fruit	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés

\*Plats conseillés & maternelles

Pour toute question relative aux allergènes, veuillez vous référer au tableau affiché dans le restaurant ou vous adresser au chef de cuisine (cuisine@lyceefrançais.be). Les recettes peuvent varier.

Cuisiné maison Bio  
 Porc Pêche durable

## Menu du Lycée Français Jean Monnet Semaine du 16 septembre au 20 septembre 2019



	Amérique				
3	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Potage</b>	Potage du jour	Potage potiron	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour
<b>Entrée 1*</b>	Salade de Brie et raisins frais	Salade de haricots rouges et maïs	Roquette	Concombre à la grecque	Salade de pois chiches
<b>Entrée 2</b>	Salami danois	Coleslaw aux raisins secs	Salade de pamplemousse BIO	Betteraves en lamelles	Lollo rosso
<b>Entrée 3</b>	Aubergines au balsamique	Œuf mimosa au bacon	Chicon aux lardons	Macédoine mayonnaise	Jambon blanc
<b>Plat 1*</b>	Porc à l'ananas	Beefburger BIO	Cuisse de poulet	Filet de perche sce hollandaise	Carbonnades de bœuf aux raisins
<b>Plat 2</b>	Lieu jaune sce basilic	Fishburger	Rôti de bœuf	Chipolatas de veau	Dos de colin sce curry
<b>Plat végété</b>	Feuilleté au fromage	Burger végétarien	Gratin de penne au brocoli et chèvre	Tomate farcie au quorn	Poêlée de lentilles & butternut
<b>Légume*</b>	Poêlée de poivrons	Salade composée	Gratin de brocolis	Julienne de légumes	Carottes rôties
<b>Féculent*</b>	Riz brun BIO	Frites	Pennes	Blé épilé	Pommes vapeur
<b>Laitage 1*</b>	Mousse au chocolat	Petits suisses	Yaourt à boire	Panna cotta au caramel	Fromage blanc bio
<b>Laitage 2</b>	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Babybel
<b>Laitage 3</b>	Chèvre	Cheddar	Port Salut	Gouda	Maredsous crème
<b>Dessert 1*</b>	Pomme	Cookie chocolat	Gaufre de Bruxelles	Raisin BIO	Pêche aux amandes
<b>Dessert 2</b>	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés

\*Plats conseillés & maternelles

Pour toute question relative aux allergènes, veuillez vous référer au tableau affiché dans le restaurant ou vous adresser au chef de cuisine (cuisine@lyceefrançais.be). Les recettes peuvent varier.

Cuisiné maison Bio  
 Porc Pêche durable

## Menu du Lycée Français Jean Monnet Semaine du 23 septembre au 27 septembre 2019



4	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Potage</b>	Potage du jour	<b>Potage champignons BIO</b>	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour
<b>Entrée 1*</b>	<b>Mâche au chèvre</b>	Salade de feuilles d'épinards	<b>Asperges mimosa</b>	<b>Salade de poivron &amp; mozzarella</b>	<b>Bacon</b>
<b>Entrée 2</b>	Cœur de céleri	Taboulé à l'oriental	Salade frisée	Princesses Bio vinaigrette	Batonnets de radis
<b>Entrée 3</b>	Melon jumbon fumé	Germes de soja aux échalotes	Pâté d'Ardennes	Croquette au fromage	Semoule de chou fleur
<b>Plat 1*</b>	<b>Cordon bleu de volaille</b>	<b>Parmentier d'agneau</b>	<b>Côte de porc sce charcutière</b>	<b>Roulés de limande sce tomate basilic</b>	<b>Escalope de dinde normande</b>
<b>Plat 2</b>	Filet de julienne	Merlu à l'homardine	Cuisse de lapin à la moutarde	Cervelas	Filet de dorade
<b>Plat végété</b>	Gnocchi aux petits pois & à la crème de camembert	Parmentier végété aux navets	Burger de maïs	Œufs brouillés aux courgettes et à la fêta	Tofu à la crème de champignons
<b>Légume*</b>	<b>Légumes du soleil</b>	<b>Navets braisés</b>	<b>Chou rouge aux pommes</b>	<b>Petits pois</b>	<b>Poêlée de champignons de Paris</b>
<b>Féculent*</b>	<b>Riz pilaf</b>	<b>Purée de pdt maison</b>	<b>Pdt Bio boulangères</b>	<b>Coquillettes</b>	<b>Boullgour</b>
<b>Laitage 1*</b>	Crème banane	Faisselle au basilic	Riz au lait	Crème aux fruits rouges	<b>Yaourt vanille bio</b>
<b>Laitage 2</b>	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Edam	Yaourt au choix	Yaourt au choix
<b>Laitage 3</b>	Brie de Meaux	Port Salut	Emmental	Cantadou	Watou
<b>Dessert 1*</b>	<b>Pastèque Bio</b>	<b>Salade de fruits frais</b>	<b>Boule de Berlin</b>	<b>Tiramisu au spéculoos</b>	<b>Poire pochée sce chocolat</b>
<b>Dessert 2</b>	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés

\*Plats conseillés & maternelles

Pour toute question relative aux allergènes, veuillez vous référer au tableau affiché dans le restaurant ou vous adresser au chef de cuisine (cuisine@lyceefrançais.be). Les recettes peuvent varier.

Cuisiné maison Bio  
 Porc Pêche durable

## Menu du Lycée Français Jean Monnet Semaine du 30 septembre au 04 octobre 2019



5	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Potage</b>	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage courgettes Bio	Potage du jour
<b>Entrée 1*</b>	Brocoli au boursin	Guacamole	Salade d'aubergines	Salade mozzarella pesto	Mousse de courgettes au basilic
<b>Entrée 2</b>	Laitue iceberg	Crevettes sce cocktail	Chou blanc aux pommes	Poireaux vinaigrette	Laitue romaine
<b>Entrée 3</b>	Chorizo doux	Cœurs de céleri	Salade strasbourgeoise	Salade de scarole	Roulade de poulet
<b>Plat 1*</b>	Gyros de poulet	Omelette BIO	Aile de raie grenobloise	Carbonara de dinde	Nuggets de poisson sce cocktail
<b>Plat 2</b>	Filet de plie	Saucisse paysanne	Steak de bœuf grillé	Pavé de poisson aux légumes gratiné (navets, courgettes, poireaux, Edam)	Bœuf bourguignon
<b>Plat végété</b>	Boulettes végétariennes	Bouchées de courgettes à la menthe	Croustifromage	Lardons végété	Loempia aux légumes
<b>Légume*</b>	Courgettes grillées	Carottes vichy	Chicon braisé	Oignons	Salade composée
<b>Féculent*</b>	Ebly	Potatoes	Rostis	Macaroni	Purée de pdt maison
<b>Laitage 1*</b>	Liégeois chocolat	Flan caramel	Ile gourmande	Crème à l'ananas	Brie Bio
<b>Laitage 2</b>	Tomme blanche	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix
<b>Laitage 3</b>	Brigand	Mimolette	Bûchette de chèvre	Pyrénées vache	Babybel
<b>Dessert 1*</b>	Pomme BIO	Cake maison	Clafoutis fruits rouges	Découpe de mangues	Compote
<b>Dessert 2</b>	Assortiment de pommes	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés

\*Plats conseillés & maternelles

Pour toute question relative aux allergènes, veuillez vous référer au tableau affiché dans le restaurant ou vous adresser au chef de cuisine (cuisine@lyceefrançais.be). Les recettes peuvent varier.

Cuisiné maison Bio  
 Porc Pêche durable



## Menu du Lycée Français Jean Monnet Semaine du 07 octobre au 11 octobre 2019

Rencontre du goût

6	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Potage</b>	Potage du jour	<b>Velouté de lentilles Bio</b>	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour
<b>Entrée 1*</b>	<b>Saucisson de jambon</b>	Avocat & fromage frais	<b>Betteraves à l'ail</b>	<b>Salade grecque (laitue, aubergine, fêta)</b>	<b>Crêpe aux champignons</b>
<b>Entrée 2</b>	Salade de chicon et noix	<b>Flammekueche</b>	Frisée	Macédoine	Emincé de concombre
<b>Entrée 3</b>	Céleri rémoulade	Dips de légumes sce cocktail	Poire au surimi	Tête pressée	Radis croque au sel
<b>Plat 1*</b>	<b>Pilons de poulet marinés</b>	<b>QUICH'OBOLO</b>	<b>Filet de lieu jaune sce curry</b>	<b>Steak haché de veau BIO</b>	<b>Dos de colin en croûte</b>
<b>Plat 2</b>	Pain de viande ardennais (P/B)	Gratin de la mer	Rôti orloff	Filet de dorade sce citron	Bœuf à la thaïlandaise
<b>Plat végété</b>	Poêlée de fèves	<b>Quiche légumes du soleil</b>	Risotto fromagé au panais et persil	Tortilla aux oignons	Burger thaï
<b>Légume*</b>	<b>Fondue de poireaux au curry</b>	<b>Carottes râpées</b>	<b>Panais rôtis</b>	<b>Chou rouge</b>	<b>Brunoise de légumes</b>
<b>Féculent*</b>	Riz épicé	<b>Boulgour</b>	<b>Pdt Bio en duchesse maison</b>	<b>Pommes vapeur</b>	<b>Nouilles</b>
<b>Laitage 1*</b>	Maquée aux fruits rouges	Yaourt au soja	Actimel	Flan vanille	<b>Petit nova fruité bio</b>
<b>Laitage 2</b>	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Camembert	Yaourt au choix
<b>Laitage 3</b>	Emmental	Riz au lait de coco	Boursin ail F.H.	Broodkaas	Le carré Président
<b>Dessert 1*</b>	<b>Banane BIO</b>	<b>Tarte fine aux poires</b>	Mélange de fruits secs	<b>Crumble Potiron confit, pomme pain d'epices</b>	<b>Salade de fruits frais</b>
<b>Dessert 2</b>	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés

\*Plats conseillés & maternelles

Pour toute question relative aux allergènes, veuillez vous référer au tableau affiché dans le restaurant ou vous adresser au chef de cuisine (cuisine@lyceefrançais.be). Les recettes peuvent varier.

Cuisiné maison    Bio  
 Porc    Pêche durable

## Menu du Lycée Français Jean Monnet Semaine du 14 octobre au 18 octobre 2019



7	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Potage</b>	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage navets BIO	Potage du jour
<b>Entrée 1*</b>	Salade piémontaise	Lollo verde	Tatziki à l'aneth	Asperges à la ricotta et ciboulette	Mâche à la mimolette
<b>Entrée 2</b>	Fenouil à l'huile d'olive	Salade de thon cocktail	Chou rouge au balsamique	Guacamole	Salade romaine
<b>Entrée 3</b>	Rosette	Cœurs de palmier	Salade aux dés de salami	Coleslaw	Mortadelle
<b>Plat 1*</b>	Couscous de bœuf	Rôti de porc Bio sce moutarde	Calamars à la romaine	Waterzoï de volaille	Filets de limande sce hollandaise
<b>Plat 2</b>	Merguez d'agneau	Brandade de cabillaud	Langue de bœuf sce madère	Filet de julienne	Steak suisse
<b>Plat végétarien</b>	Tranche de millet	Saucisse végétarienne	Œufs brouillés	Cake salé chèvre tomate	Poêlée de haricots rouges
<b>Légume*</b>	Légumes couscous	Stoemp aux navets et herbes fraîches	Champignons à l'ail	Brocolis	Haricots verts aux oignons
<b>Féculent*</b>	Semoule	/	Farfalles Bio	Pdt vapeur	Riz aux herbes
<b>Laitage 1*</b>	Crème dessert banane	Fromage blanc cassonade	Flan chocolat	Panna cotta et coulis de fruits rouges	Fromage du jour bio
<b>Laitage 2</b>	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix
<b>Laitage 3</b>	Merlin	Edam	Bleu danois	Cantadou	Maredsous
<b>Dessert 1*</b>	Raisins BIO	Mousse au chocolat maison	Gosette aux pommes	Compote de poires	Salade d'agrumes
<b>Dessert 2</b>	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés	Fruits variés

\*Plats conseillés & maternelles

Pour toute question relative aux allergènes, veuillez vous référer au tableau affiché dans le restaurant ou vous adresser au chef de cuisine (cuisine@lyceefrançais.be). Les recettes peuvent varier.

Cuisiné maison Bio  
 Porc Pêche durable