

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



1	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Potage	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour
Entrée 1*	Mâche	Céleri râpé BIO	Macédoine de légumes	Concombre au fromage blanc	Tomate mozzarella
Entrée 2	Terrine de la mer	Betteraves à l'ail	Chou chinois	Jambon blanc	Feuille de chêne
Entrée 3	Salade de pâtes à l'italienne	Maïs	Frisée aux lardons de dinde	Avocat	Rosette
Plat 1*	Dos de colin "meunière"	Filet de poulet rôti	Filet de julienne sce vierge	Tajine de bœuf	Fish stick sce tartare
Plat 2	Mignonette de porc grillée	Omelette aux herbes	Boudin blanc	Filet de lieu noir poché	Emincé de bœuf poêlé
Plat végété	Fallafel sce à la coriandre	Pêche au thon	Quinoa aux courgettes et amandes	Poêlée de pois chiches Bio à l'orientale	Quiche aux poireaux
Légume*	Haricots beurre	Aubergines grillées sce tomates	Chou vert braisé	Légumes couscous	Salade composée
Féculent*	Riz pilaf	Farfalle	Quinoa BIO	Semoule	Purée maison
Laitage 1*	Crème vanille	Yaourt fruits rouges	Brie français	Faisselle au miel	Emmental Bio
Laitage 2	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Chimay
Laitage 3	Gouda	Leerdammer	Merlin	Port Salut	Petits filous
Dessert 1*	Nectarine BIO	Crumble aux pommes	Eclair au chocolat	Poire	Ananas
Dessert 2	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
Potage	Potage du jour	Potage tomate BIO	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour
Entrée 1*	Salade de melon & féta	Radis vinaigrette	Poireaux ravigote	Salade piémontaise à l'emmental	Dips de légumes sce cocktail
Entrée 2	Fenouil au sésame	Quiche au fromage	Lollo rossa	Cœur d'artichaut	Salade de tomates vinaigrette
Entrée 3	Saucisson de poulet fumé	Chou rouge au balsamique	Salade au blanc de poulet	Haricots beurre vinaigrette	Cobourg
Plat 1*	Escalope de dinde	Bœuf braisé	Filet de dorade aïoli	Roulés de limande	Filet de poulet
Plat 2	Tomate farcie	Filet de merlu vapeur	Veau Marengo	Paupiette de porc	Filet de hoki à la ciboulette
Plat végété	Steak de soja	Quenelles de blé à la béchamel	Tofu grillé au sésame	Chili sin carne	Tortilla
Légume*	Tomate provençale	Stoemp de potiron et oignons	Courgettes BIO grillées à l'huile d'olive	Ratatouille niçoise	Epinards crème
Féculent*	Riz	/	Blé	Spaghetti	Pdt grenailles rôties au thym
Laitage 1*	Crème caramel	Fromage blanc et son coulis de fruits rouges	Café liégeois	Yaourt sucré bio	Semoule au lait
Laitage 2	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Boursin	Yaourt au choix	Yaourt au choix
Laitage 3	Maredsous	Camembert	Bleu d'Auvergne	Saint Paulin	Petit moulé
Dessert 1*	Banane Bio	Compotiné	Tarte fine aux prunes	Découpe de pastèque	Génoise crème anglaise
Dessert 2	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				
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
3 Potage	Potage du jour	Potage potiron	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour
Entrée 1*	Salade de Brie et raisins frais	Salade de haricots rouges et maïs	Roquette	Concombre à la grecque	Salade de pois chiches
Entrée 2	Salami danois	Coleslaw aux raisins secs	Salade de pamplemousse BIO	Betteraves en lamelles	Lollo rosso
Entrée 3	Aubergines au balsamique	Œuf mimosa au bacon	Chicon aux lardons	Macédoine mayonnaise	Jambon blanc
Plat 1*	Porc à l'ananas	Beefburger BIO	Cuisse de poulet	Filet de perche sce hollandaise	Carbonnades de bœuf aux raisins
Plat 2	Lieu jaune sce basilic	Fishburger	Rôti de bœuf	Chipolatas de veau	Dos de colin sce curry
Plat végé	Feuilleté au fromage	Burger végétarien	Gratin de penne au brocoli et chèvre	Tomate farcie au quorn	Poêlée de lentilles & butternut
Légume*	Poêlée de poivrons	Salade composée	Gratin de brocolis	Julienne de légumes	Carottes rôties
Féculent*	Riz brun BIO	Frites	Pennes	Blé épilé	Pommes vapeur
Laitage 1*	Mousse au chocolat	Petits suisses	Yaourt à boire	Panna cotta au caramel	Fromage blanc bio
Laitage 2	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Babybel
Laitage 3	Chèvre	Cheddar	Port Salut	Gouda	Maredsous crème
Dessert 1*	Pomme	Cookie chocolat	Gaufre de Bruxelles	Raisin BIO	Pêche aux amandes
Dessert 2	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
Potage	Potage du jour	Potage champignons BIO	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour
Entrée 1*	Mâche au chèvre	Salade de feuilles d'épinards	Asperges mimosa	Salade de poivron & mozzarella	Bacon
Entrée 2	Cœur de céleri	Taboulé à l'oriental	Salade frisée	Princesses Bio vinaigrette	Batonnets de radis
Entrée 3	Melon jumbon fumé	Germes de soja aux échalotes	Pâté d'Ardennes	Croquette au fromage	Semoule de chou fleur
Plat 1*	Cordon bleu de volaille	Parmentier d'agneau	Côte de porc sce charcutière	Roulés de limande sce tomate basilic	Escalope de dinde normande
Plat 2	Filet de julienne	Merlu à l'homardine	Cuisse de lapin à la moutarde	Cervelas	Filet de dorade
Plat végété	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
Légume*	Légumes du soleil	Navets braisés	Chou rouge aux pommes	Petits pois	Poêlée de champignons de Paris
Féculent*	Riz pilaf	Purée de pdt maison	Pdt Bio boulangères	Coquillettes	Boullgour
Laitage 1*	Crème banane	Faisselle au basilic	Riz au lait	Crème aux fruits rouges	Yaourt vanille bio
Laitage 2	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Edam	Yaourt au choix	Yaourt au choix
Laitage 3	Brie de Meaux	Port Salut	Emmental	Cantadou	Watou
Dessert 1*	Pastèque Bio	Salade de fruits frais	Boule de Berlin	Tiramisu au spéculoos	Poire pochée sce chocolat
Dessert 2	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
Potage	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage courgettes Bio	Potage du jour
Entrée 1*	Brocoli au boursin	Guacamole	Salade d'aubergines	Salade mozzarella pesto	Mousse de courgettes au basilic
Entrée 2	Laitue iceberg	Crevettes sce cocktail	Chou blanc aux pommes	Poireaux vinaigrette	Laitue romaine
Entrée 3	Chorizo doux	Cœurs de céleri	Salade strasbourgeoise	Salade de scarole	Roulade de poulet
Plat 1*	Gyros de poulet	Omelette BIO	Aile de raie grenobloise	Carbonara de dinde	Nuggets de poisson sce cocktail
Plat 2	Filet de plie	Saucisse paysanne	Steak de bœuf grillé	Pavé de poisson aux légumes gratiné (navets, courgettes, poireaux, Edam)	Bœuf bourguignon
Plat végété	Boulettes végétariennes	Bouchées de courgettes à la menthe	Croustifromage	Lardons végété	Loempia aux légumes
Légume*	Courgettes grillées	Carottes vichy	Chicon braisé	Oignons	Salade composée
Féculent*	Ebly	Potatoes	Rostis	Macaroni	Purée de pdt maison
Laitage 1*	Liégeois chocolat	Flan caramel	Ile gourmande	Crème à l'ananas	Brie Bio
Laitage 2	Tomme blanche	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix
Laitage 3	Brigand	Mimolette	Bûchette de chèvre	Pyrénées vache	Babybel
Dessert 1*	Pomme BIO	Cake maison	Clafoutis fruits rouges	Découpe de mangues	Compote
Dessert 2	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
Potage	Potage du jour	Velouté de lentilles Bio	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour
Entrée 1*	Saucisson de jambon	Avocat & fromage frais	Betteraves à l'ail	Salade grecque (laitue, aubergine, fêta)	Crêpe aux champignons
Entrée 2	Salade de chicon et noix	Flammekueche	Frisée	Macédoine	Emincé de concombre
Entrée 3	Céleri rémoulade	Dips de légumes sce cocktail	Poire au surimi	Tête pressée	Radis croque au sel
Plat 1*	Pilons de poulet marinés	QUICH'OBOLO	Filet de lieu jaune sce curry	Steak haché de veau BIO	Dos de colin en croûte
Plat 2	Pain de viande ardennais (P/B)	Gratin de la mer	Rôti orloff	Filet de dorade sce citron	Bœuf à la thaïlandaise
Plat végété	Poêlée de fèves	Quiche légumes du soleil	Risotto fromagé au panais et persil	Tortilla aux oignons	Burger thaï
Légume*	Fondue de poireaux au curry	Carottes râpées	Panais rôtis	Chou rouge	Brunoise de légumes
Féculent*	Riz épicé	Boulgour	Pdt Bio en duchesse maison	Pommes vapeur	Nouilles
Laitage 1*	Maquée aux fruits rouges	Yaourt au soja	Actimel	Flan vanille	Petit nova fruité bio
Laitage 2	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Camembert	Yaourt au choix
Laitage 3	Emmental	Riz au lait de coco	Boursin ail F.H.	Broodkaas	Le carré Président
Dessert 1*	Banane BIO	Tarte fine aux poires	Mélange de fruits secs	Crumble Potiron confit, pomme pain d'epices	Salade de fruits frais
Dessert 2	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
Potage	Potage du jour	Potage du jour	Potage du jour	Potage navets BIO	Potage du jour
Entrée 1*	Salade piémontaise	Lollo verde	Tatziki à l'aneth	Asperges à la ricotta et ciboulette	Mâche à la mimolette
Entrée 2	Fenouil à l'huile d'olive	Salade de thon cocktail	Chou rouge au balsamique	Guacamole	Salade romaine
Entrée 3	Rosette	Cœurs de palmier	Salade aux dés de salami	Coleslaw	Mortadelle
Plat 1*	Couscous de bœuf	Rôti de porc Bio sce moutarde	Calamars à la romaine	Waterzoï de volaille	Filets de limande sce hollandaise
Plat 2	Merguez d'agneau	Brandade de cabillaud	Langue de bœuf sce madère	Filet de julienne	Steak suisse
Plat végété	Tranche de millet	Saucisse végété	Œufs brouillés	Cake salé chèvre tomate	Poêlée de haricots rouges
Légume*	Légumes couscous	Stoemp aux navets et herbes fraîches	Champignons à l'ail	Brocolis	Haricots verts aux oignons
Féculent*	Semoule	/	Farfalles Bio	Pdt vapeur	Riz aux herbes
Laitage 1*	Crème dessert banane	Fromage blanc cassonade	Flan chocolat	Panna cotta et coulis de fruits rouges	Fromage du jour bio
Laitage 2	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix	Yaourt au choix
Laitage 3	Merlin	Edam	Bleu danois	Cantadou	Maredsous
Dessert 1*	Raisins BIO	Mousse au chocolat maison	Gosette aux pommes	Compote de poires	Salade d'agrumes
Dessert 2	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