



Lycée Sainte Solange

Menus semaine du 8 au 12 janvier 2024



	lundi 8	mardi 9	mercredi 10	jeudi 11	vendredi 12
Entrées	Betteraves vinaigrette	Carottes râpées vinaigrette	Céleri remoulade	fêtons l'Epiphanie !	
	Salade Coleslaw	Friand au fromage	Poireaux vinaigrette	Velouté de potiron	Toast Emmental gratiné
Assortiment d'entrées					
Plats	Carbonara	Curry de haricots rouges	Sauté de porc à la moutarde	Emincé de dinde aux pois chiches façon arrabiata Fricassée de poisson MSC gratinée	Filet de merlu sauce citron
	Dos de colin sauce crème	Omelette	Filet de hoki à l'aneth		Chipolatas sauce aux herbes
Garnitures	Macaronis	Riz créole	Semoule	Carottes braisées	Fondue de poireaux à la crème
	Petits pois aux oignons	Butternut rôtie	Haricots verts à l'ail	Boulgour	Ecrasé de pommes de terre
Produit laitier	Brie	Tomme noire	Bûche mi-chèvre	Mimolette	Yaourt nature
	Assortiment de fromages / laitages	Assortiment de fromages / laitages	Assortiment de fromages / laitages	Assortiment de fromages / laitages	Assortiment de fromages / laitages
Desserts	Fruit de saison	Fromage blanc straciatella	Fruit de saison	Galette des rois	Clémentines
	Compote de pommes	Fruit de saison	Pomme au four	Fruit de saison	Liégeois vanille

Assortiment de desserts

Repas conseil de la diététicienne

DINER DES INTERNES

Entrées	Taboulé d'hiver	Chou rouge râpé à la pomme	Soirée dans les Alpes		Infos menus
	Potage de légumes	Macédoine mayonnaise	Soupe à l'oignon	Mousse de foie et cornichon	
Plat	Cuisse de poulet sauce barbecue	Bolognaise	Tartiflette	Mousses de poisson	Du pain du boulanger frais du jour 100% du lait et des pommes (en saison) sont d'origine régionale Des gâteaux réalisés par nos équipes Du fromage découpé par nos équipes
Garniture	Pommes de terre rôties	Penne	Salade verte	Riz aux petits légumes	
Pdt laitier	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	
Desserts	Fruit de saison	Fruit de saison	Mousse au chocolat	Fruit de saison	
	Viennois chocolat maison	Poire rôtie au spéculoos	Fruit de saison	Crème dessert praliné	

Produit local

Produit Bio

Recettes élaborées sur place par nos équipes

Produit labellisé

Les repas sont élaborés à partir de viande française (hors viande ovine).

Des modifications peuvent intervenir en cas de livraisons non respectées.





Lycée Sainte Solange

Menus semaine du 15 au 19 janvier 2024

lundi 15

mardi 16

mercredi 17

jeudi 18

vendredi 19

DEJEUNER

Entrées	Emincé de chou chinois au fromage blanc	Salade de coquillettes sauce cocktail	Carottes râpées vinaigrette	Velouté de légumes	Taboulé d'hiver
	Salade de haricots rouges aux oignons	Endives aux pommes	Betteraves rouges vinaigrette	Rillettes de lentilles aux noix et son toast	Champignons à l'estragon
Assortiment d'entrées					
Plats	Poulet rôti	Gratin d'oeufs durs à l'espagnole	Bolognaise	Curry de patate douce, brocolis et pois chiches	Marmite de colin MSC aux petits légumes
	Colin d'alaska sauce échalote	Rôti de porc au jus	Saumonette rôtie à la tomate	Gnocchis sauce fromagère	Saucisson en croûte sauce aux oignons rouges
Garnitures	Pommes rissoles	Haricots beurre persillés	Tortis	Riz pilaf	Carottes façon Vichy
	Céleri braisé	Boullgour tomaté	Tombée de chou vert	Purée de courge	Purée de pommes de terre
Produit laitier	Gouda	Bleu	Camembert	St Paulin	Fromage blanc nature
	Assortiment de fromages / laitages				
Desserts	Fromage blanc au spéculoos	Fruit de saison	Fruit de saison	Marbré chocolat	Fruit de saison
	Fruit de saison	He flottante du chef	Compote pomme-banane	Fruit de saison	Crème dessert praliné
Assortiment de desserts					
Repas conseil de la diététicienne					

DINER DES INTERNES

Entrées	Pamplemousse au sucre	Salade verte au surimi	Potage d'épinards façon Boursin	Salade fromagère à l'Emmental
	Salade de blé au maïs	Crêpe fromage	Oeuf mayonnaise	Betteraves vinaigrette à l'échalote
Plat	Nems	Jambon braisé	Croque-Monsieur	Steak haché de poulet
Garniture	Riz cantonais	Potatoes	Salade verte	Semoule / Haricots verts à l'ail
Pdt laitier	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages
Desserts	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison
	Crème vanille	Pain perdu	Panna cotta au kiwi	Banane au chocolat

Infos menus

Du pain du boulanger frais du jour

100% du lait et des pommes (en saison) sont d'origine régionale

Des gâteaux réalisés par nos équipes

Du fromage découpé par nos équipes



Les repas sont élaborés à partir de viande française (hors viande ovine).



Recettes élaborées sur place par nos équipes



Des modifications peuvent intervenir en cas de livraisons non respectées.





Lycée Sainte Solange

Menus semaine du 22 au 26 janvier 2024

api

lundi 22

mardi 23

mercredi 24

jeudi 25

vendredi 26

DEJEUNER

	lundi 22	mardi 23	mercredi 24	jeudi 25	vendredi 26
Assortiment d'entrées					
Entrées	Salade verte au fromage Oeuf mayonnaise	Repas montagne Carottes râpées vinaigrette Chou blanc vinaigrette	Chou rouge râpé Blancs de poireaux sauce mousseline	Saucisson sec Butternut râpée au fromage blanc	Salade de riz, maïs, ciboulette Haricots verts aux échalotes
Plats	Risotto aux champignons et parmesan AOP Quiche chèvre-épinard	Gratin de pommes de terre façon raclette et salade verte ou Emincé de dinde	Burger de poulet croustillant Marmite du pêcheur Ratatouille hivernale du chef	Pot au feu Aïoli de colin Légumes du pot	Calamars à la romaine sauce aux 3 fromages Epinards à la crème
Garnitures	Riz Petits pois au jus	ou Emincé de dinde et truffade	Frites	Pommes de terre	Macaronis
Produit laitier	Mimolette	Tomme noire	Bûche mi-chèvre	Brie	Yaourt nature sucré
Assortiment de fromages / laitages					
Desserts	Crème vanille Fruit de saison	Gâteau de Savoie et crème anglaise Clafoutis à la myrtille	Fromage blanc à la cassonade Fruit de saison	Gâteau au yaourt Fruit de saison	Fruit de saison Yaourt aux fruits
Assortiment de desserts					

Repas conseil de la diététicienne

DINER DES INTERNES

Entrées	Friand au fromage Salade d'endives	Carottes cuites au cumin et citron Salade de pommes de terre, persil, oignons rouges	Potage de légumes Rillettes et cornichons	Tzatziki à la betteraves -
Plat	Rôti de porc sauce miel et moutarde	Poisson pané sauce colombo	Parmentier de patate douce	Viande kebab
Garniture	Haricots beurre persillés / Spaghettis	Julienne de légumes à l'huile d'olive / Riz basmati façon pilaf	au boeuf	Potatoes
Pdt laitier	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages
Desserts	Fruit de saison Ile flottante et crème anglaise	Fruit de saison Yaourt aux fruits	Fruit de saison Rocher coco du chef	Fruit de saison Fromage blanc au miel

Infos menus

Du pain du boulanger frais du jour
100% du lait et des pommes (en saison) sont d'origine régionale

Des gâteaux réalisés par nos équipes

Du fromage découpé par nos équipes

Produit local



Les repas sont élaborés à partir de viande française (hors viande ovine).

Produit Bio



Recettes élaborées sur place par nos équipes

Produit labellisé



Des modifications peuvent intervenir en cas de livraisons non respectées.





Lycée Sainte Solange

Menus semaine du 29 janvier au 2 février 2024

lundi 29


mardi 30

mercredi 31

jeudi 1

vendredi 2

DEJEUNER

	des crêpes pour la Chandeleur !				
Entrées	Macédoine de légumes à la mayonnaïse Pamplemousse	Potage parmentier Salade verte aux croûtons	Chou blanc pommes sauce fromage blanc au curry Rillettes de sardines sur toast	Pamplemousse Radis noir râpé vinaigrette à l'échalote	Salade verte Carottes râpées au citron
	Assortiment d'entrées				
Plats	Omelette au fromage Sauté de dinde façon blanquette	Boulette de soja sauce barbecue Saumonette rôtie sauce tomate	Rôti de porc sauce moutarde Saucisse de volaille	Hachis parmentier du chef Filet de poisson vapeur	Moules Normandin de veau sauce ketchup
Garnitures	Semoule sauce tomate Navets glacés	Epinards à la crème Tortis	Riz créole Potimarron rôti	Salade verte Purée de pommes de terre	Frites -
Produit laitier	Cantal	Tomme blanche	Camembert	Emmental	Yaourt sucré
	Assortiment de fromages / laitages				
Desserts	Fruit de saison Yaourt aux fruits	Liégeois vanille Fruit de saison	Crème aux oeufs du chef Fruit de saison	Salade de fruits du chef Fruit de saison	Crêpe au sucre du chef Fruit de saison 
	Assortiment de desserts				

Repas conseil de la diététicienne

DINER DES INTERNES

Entrées	Céleri rémoulade Salade de blé au maïs	Dips de carottes -	Salade de mâche Poireaux façon mimosa	Macédoine de légumes Potage de légumes
Plat	Nuggets de volaille	Pizza crème et poulet	Couscous merguez	Galette de sarrasin jambon fromage
Garniture	Haricots verts à l'ail	Salade verte	Semoule / Légumes couscous de saison	Salade verte
Pdt laitier	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages
Desserts	Fruit de saison Fromage blanc aux fruits	Fruit de saison Donut	Fruit de saison Liégeois au chocolat	Fruit de saison Semoule au lait

Infos menus

Du pain du boulanger frais du jour

100% du lait et des pommes (en saison) sont d'origine régionale

Des gâteaux réalisés par nos équipes

Du fromage découpé par nos équipes

api

Cuisiniers du Centre-Val de Loire

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10 000 000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul

Produit local



Produit Bio



Recettes élaborées sur place par nos équipes

Produit labellisé



Des modifications peuvent intervenir en cas de livraisons non respectées.

Les repas sont élaborés à partir de viande française (hors viande ovine).



Lycée Sainte Solange

Menus semaine du 5 au 9 février 2024

api

Cuisiniers du Centre-Val de Loire

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole - 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons-en-Baroeul.

lundi 5

mardi 6

mercredi 7

jeudi 8

vendredi 9

DEJEUNER

Entrées	Velouté de potiron	Salade croquante de quinoa et légumes	Salade de pommes de terre façon grand-mère (oignon rouge, persil)	Céleri au curry	Carottes râpées vinaigrette
	Chou-fleur à l'échalote	Coleslaw purple	Cervelas vinaigrette	Champignons à la crème	Feuilleté au fromage
Assortiment d'entrées					
Plats	Chou farci	Bourguignon	Quiche au poulet	Lasagnes chèvre épinards	Fricassée de poisson MSC gratiné
	Gratin de colin MSC	Beignet de poisson sauce tartare	Filet de merlu MSC sauce estragon	Boudin noir ou blanc	Rôti de porc sauce moutarde
Garnitures	Riz pilaf	Carottes aux oignons	Endive braisée	Purée de pommes de terre	Riz créole
	Salade verte vinaigrette	Pommes de terre vapeur	Boulgour	Poêlée de légumes	Choux de Bruxelles à l'ail
Produit laitier	Cantal	Mimolette	Tomme blanche	Yaourt nature	Fromage de chèvre
	Assortiment de fromages / laitages				
Desserts	Fruit de saison	Crème dessert chocolat	Fruit de saison	Tarte amandine aux poires	Banane au caramel
	Liégeois vanille	Fruit de saison	Eclair au chocolat	Fruit de saison	Fruit de saison

Assortiment de desserts

Repas conseil de la diététicienne

DINER DES INTERNES

Entrées	Endives aux pommes	Salade verte aux croûtons	Repas mexicain	Toast au chèvre
	Pâté de campagne et cornichons	Terrine de légumes	Guacamole et ses nachos	Macédoine de légumes mayonnaise
Plat	Pilons de poulet rôtis marinés	Carbonara	Galette mexicaine à la viande hachée	Croissant au jambon
Garniture	Coquillettes	Spaghettis	Haricots rouges à la mexicaine	Salade verte
Pdt laitier	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages
Desserts	Fruit de saison	Fruit de saison	Riz au lait mexicain (ananas / miel)	Fruit de saison
	Flan nappé caramel	Fromage blanc aux fruits	Fruit de saison	Yaourt aromatisé

Infos menus

Du pain du boulanger frais du jour
100% du lait et des pommes (en saison) sont d'origine régionale
 Des gâteaux réalisés par nos équipes
 Du fromage découpé par nos équipes

Produit local



Produit Bio



Recettes élaborées sur place par nos équipes

Produit labellisé



Les repas sont élaborés à partir de viande française (hors viande ovine).

Des modifications peuvent intervenir en cas de livraisons non respectées.



Lycée Sainte Solange

Menus semaine du 12 au 16 février 2024


api

Cuisiniers
du Centre-Val de Loire

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00€ - RCS Lille Métropole - 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Barœuil.

	lundi 12	mardi 13	mercredi 14	jeudi 15	vendredi 16
--	----------	----------	-------------	----------	-------------

DEJEUNER

		des donuts pour mardi gras !			
Entrées	Potage aux légumes	Saucisson à l'ail et cornichons	Salade d'endives	Friand au fromage	Salade fromagère
	Oeuf mimosa	Salade de perles au surimi	Betteraves au maïs	Carottes râpées au maïs	Poireau façon gribiche
Assortiment d'entrées					
Plats	Aiguillettes de poulet sauce crème champignons	Hot dog	Rôti de dinde	Falafel du chef sauce sauce tomate	Gratin de macaronis au saumon
	Filet de colin sauce moutarde	Poisson meuniere	Omelette provençale	Quenelle de poisson gratinée	Crêpinette de porc
Garnitures	Gratin de chou-fleur	Frites	Pommes de terre rôties	Légumes du tajine	Macaronis
	Blé	Ratatouille d'hiver	Purée de brocolis	Semoule	Epinards à l'ail
Produit laitier	Brie	Bûche mi-chèvre	Saint Paulin	Tomme noire	Yaourt sucré
	Assortiment de fromages / laitages				
Desserts	Fruit de saison	Donut ou roussette / bugnes	Fruit de saison	Roulé à la confiture	Salade de fruits du chef
	Liégeois vanille	Fruit de saison 	Fromage blanc à la cassonade	Fruit de saison	Crumble aux pommes
Assortiment de desserts					

Repas conseil de la diététicienne

DINER DES INTERNES

	Nouvel an chinois				Infos menus
Entrées	Samoussas de légumes	Salade d'agumres à la menthe	Carottes râpées vinaigrette	Velouté de potiron au curry	<p>Du pain du boulanger frais du jour</p> <p>100% du lait et des pommes (en saison) sont d'origine régionale</p> <p>Des gâteaux réalisés par nos équipes</p> <p>Du fromage découpé par nos équipes</p>
	Salade chinois aux crevettes	Coeur de palmier vinaigrette	Salade de blé au maïs	Oeuf dur mayonnaise	
Plat	Porc au caramel	Gratin de coquillettes au jambon	Pizza du chef	Hachis parmentier	
Garniture	Riz blanc / poêlée de chou chinois	et julienne de légumes	Salade verte	Salade verte	
Pdt laitier	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	
Desserts	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	
	Salade de fruits aux litchis	Crème aux oeufs	Fromage blanc aux fruits	Compote pomme-banane du chef	

Produit local 

Les repas sont élaborés à partir de viande française (hors viande ovine).

Produit Bio 

Recettes élaborées sur place par nos équipes

Produit labellisé 

Des modifications peuvent intervenir en cas de livraisons non respectées.



Lycée Sainte Solange

Menus semaine du 19 au 23 février 2024

lundi 19

mardi 20

mercredi 21

jeudi 22

vendredi 23

DEJEUNER

Entrées	Crêpes au jambon	Carottes râpées	Salade de haricots rouges et maïs	Potage de légumes	Salade de coquillettes sauce cocktail
	Salade verte	Salade de lentilles	Pâté de campagne et condiments	Oeuf mimosa	Betteraves vinaigrette
Assortiment d'entrées					
Plats	Boulettes de soja à la tomate et basilic	Sauté de boeuf à la moutarde	Risotto au jambon et parmesan	Cassoulet	Filet de hoki MSC sauce Nantua
	Quiche au fromage	Filet de lieu MSC sauce échalote	Normandin de veau sauce crème	Encornet à l'espagnole	Cordon bleu
Garnitures	Potatoes au paprika	Haricots verts à l'ail	Carottes façon Vichy	Haricot blanc	Fondue de poireaux
	Embeurrée de chou frisé	Purée de pommes de terre	Riz pilaf	Mitonné de légumes rôtis	Penne
Produit laitier	Bûche mi-chèvre	St Paulin	Gouda	Fromage	Camembert
	Assortiment de fromages / laitages				
Desserts	Fruit de saison	Flan caramel	Fruit de saison	Cookie du chef	Fruit de saison
	Banane au chocolat et amandes	Fruit de saison	Yaourt aux fruits	Salade de fruits du chef	Laitages

Assortiment de desserts

Repas conseil de la diététicienne

DINER DES INTERNES

Entrées	Velouté de carottes	Repas normand Salade de pommes de terre à l'andouille	Poireaux vinaigrette	Salade d'endives aux noix	Infos menus Du pain du boulanger frais du jour 100% du lait et des pommes (en saison) sont d'origine régionale Des gâteaux réalisés par nos équipes Du fromage découpé par nos équipes
	Mortadelle	-	Salade de perles à la mimolette	Potage de légumes	
Plat	Chili con carne	Quiche normande pomme camembert	Escalope de volaille à la crème	Bruschetta jambon-Mozzarella	
Garniture	Riz	Salade verte	Tortis	Salade verte	
Pdt laitier	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	Fromages / Laitages	
Desserts	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	
	Tarte aux pommes	Riz au lait à la cannelle façon teurgoule	Crème chocolat	Salade de fruits du chef	

Produit local

Produit Bio

Recettes élaborées sur place par nos équipes

Produit labellisé

Les repas sont élaborés à partir de viande française (hors viande ovine).

Des modifications peuvent intervenir en cas de livraisons non respectées.

api



Cuisiniers du Centre-Val de Loire

