LYCEE GENERAL ET TECHNOLOGIQUE DU COUDON
65 AVENUE TOULOUSE LAUTREC - BP 30124
83957 LA GARDE CEDEX

Menu de la semaine 49:

Du Lundi 30 novembre au vendredi 04 décembre 2026

LUNDI 30/11/2026	MARDI 01/12/2026	JEUDI 03/12/2026	VENDREDI 04/12/2026
Rillettes de sardine * (4, 7)	Houmous * (7, 12)	Velouté aux courgettes (7, 9)	Salade océane (1, 2, 3, 4, 14)
Salade verte locale **	Salade verte locale **	Œuf mimosa	Salade verte locale **
Salade composée 1 ** (4, 5, 8, 11, 12)	Salade de pommes de terre et pois chiches * (7)	Salade verte locale **	Salad bar automne hiver 2 ** (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 10 ,12)
Salad bar automne hiver 4 ** (2, 3, 4, 6, 9,12)	Salad bar automne hiver 5 ** (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9,12)	Salade d'endives aux noisettes et à la mimolette * (3, 8, 9)	Mousse de thon * (2, 4, 6, 7, 12)
		Salad bar automne hiver 1 ** (1, 3, 6, 7,9,12)	
Nuggets végétales *	Steack de soja (6)	Cabillaud à la sauce aigre douce ** (1, 3, 6, 9, 10)	Haché végétal au curry ** (7, 8, 9, 11, 12)
Nuggets de poulet **	Filet de colin à la sauce bittéroise * (1, 3, 4, 7, 9, 12)	Tartiflette ** (7, 12)	Filet de lieu, sauce vierge * (2, 11, 12 ,14)
Nuggets de poisson * (1, 4, 6)	Echine de côte de porc à la moutarde et au miel ** (1, 5, 6, 7, 8, 9, 10 ,12)	Tartiflette nature ** (7, 12)	Paupiettes de veau aux olives ** (1, 6, 10 ,12)
		Eminé végétal aux légumes ** (7, 9, 11 ,12)	
Ratatouille * (1, 9)	Gratin de choux fleurs * (1, 7, 8)	Haricots verts persillés* (7)	Carottes à la crème ** (7, 9)
Pennes à la sauce tomate et basilic (1, 7, 9, 12)	Lentilles au jus ** (1, 3, 6, 7, 9, 10, 11 ,12)		Riz pilaf *(7)
Yaourt nature bio * (7)	Assortiment de fromages 2	Fromage à la coupe 1 (7)	Assortiment de fromages 3
Eclair au chocolat (1, 3, 7)	Yaourt fermier bicouches * (7)	Kiwis*	Yaourt brassé aux fruits
Eclair au café **	Orange	Tarte au citron (1, 3, 5, 7, 12)	Pomme bio
Eclair à la vanille **		Tarte au chocolat (surg.)	
Poire bio			
Petits pains	Petits pains	Petits pains	Petits pains

Fait à la Garde, le 03/11/2026

La secrétaire générale

Sylvie DUFFAUD

La Proviseure

Sophie FLOURET

Liste des allergènes	
1 - Céréales contenant du gluten et des produits à base de céréales (blé, seigle, orge, avoine …)	8 - Fruits à coque et produits à base de ces fruits (amandes, noix, noisettes, noix de cajou, cacahuète …)
2 - Crusracés et produits à base de crustacés	9 - Céleri et produits à base de céleri
3 - Œufs et produits à base d'œufs	10 - Moutarde et produits à base de moutarde
4 - Poissons et produits à base de poissons	11 - Graines de sésame et produits à base de graines de sésame
5 - Arachides et produits à base d'arachides	12 - Anhydride sulfureux et sulfites
6 - Soja et produits à base de soja	14 - Mollusques et produits à base de mollusques
7 - Lait et produits à base de lait (y compris de lactose)	

FRUITS ET LEGUMES / PAIN, PRODUIT CERALIERS, POMME DE TERRE, LEGUMES SECS / VIANDES POISSONS ŒUFS / PRODUITS LAITIERS ET LAIT