

# MENU DU 3 SEPTEMBRE AU 22 OCTOBRE 2025



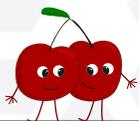
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>Semaine du 3 au 5 septembre</b>			Salade Cesar Spaghetti Carbonara de dinde Fruit de saison	Salade de carottes - fromage frais Aubergine farcie (bœuf) / Frites Fruit bio	Porra Antequerana Merlan au four / Salade de riz complet Cuajada
<b>Semaine du 8 au 12 septembre</b>	<b>Férieré</b> 	Salade verte, tomates cherry, fromage Blanc de poulet sauce Soubise / Coquillettes Fruit de saison	Beignets de courgette Omelette de pommes de terre / Ratatouille Fruit de saison	Gazpacho andalou Ragoût de bœuf / Quinoa Fruit de saison	Salade verte, maïs, surimi, tomate, olives Cabillaud <i>a la vizcaina</i> / Riz blanc Fruit bio
<b>Semaine du 15 au 19 septembre</b>	Salade de pois-chiches, tomate, maïs, betterave Macaroni complets sauce tomate bio et thon Fruit de saison	Salade grecque Blanc de poulet sauce aux champignons / Pdt panaderas Fruit bio	Salade niçoise Chili con carne (boeuf) / Riz blanc Fruit de saison	Potage de lentilles végétarien Quiche aux 4 fromages Fruit de saison	<b>Sabor a Andalucía</b> Porra Antequerana Rosada frite / Salade campera Crème maison

Allergènes: Oeuf - Produits laitiers - Fruits à coque

Menu végétarien

Plats faits maison

Techniques culinaires: Au four - Plats mijotés - Friture



**LUNDI**

**MARDI**

**MERCREDI**

**JEUDI**

**VENDREDI**

**Semaine du  
22 au 26  
septembre**

Salade Caprese  
Côte de porc fumée /  
Beignets de chou-fleur  
Fruit de saison



Salade verte, maïs,  
olives / Camembert  
Spaghetti Bolognaise  
aux champignons  
Fruit bio



Soupe de vermicelles  
Merlan au four /  
Salade russe sur  
rondelles de tomate  
Fruit de saison



Salade verte, tomates  
cherry, fromage  
Cuisses de poulet  
en sauce petits pois,  
carottes / Pdt mijotées  
Fruit de saison



**Semaine du  
29 sept. au  
3 octobre**

Salade Cesar  
Boulettes de viande  
(poulet) / Coquillettes  
complètes  
Fruit de saison



Potage de lentilles  
végétarien  
Omelette /  
Haricots verts en  
sauce tomate bio  
Fruit de saison



Salade de haricots  
blancs, tomate, maïs,  
betterave  
Pizza Prosciutto  
à la dinde  
Fruit de saison



Crème de  
courgette bio  
Cordon bleu /  
Pdt au four aux fines  
herbes  
Fruit bio



Oeuf Mimosa  
Cabillaud en sauce  
tomate bio /  
Riz blanc  
Yaourt grec au miel



**Semaine du  
6 au 10  
octobre**

Cazuela de pdt et  
boeuf  
Calamars à la romaine  
/ Carottes sautées  
Fruit de saison



Soupe de  
vermicelles  
Ragoût de dinde  
au curry /  
Quinoa  
Fruit bio



Feuilleté aux épinards  
et chèvre  
Omelette de pommes  
de terre /  
Ratatouille  
Fruit de saison



Crème de légumes  
Saucisses de  
volaille /  
Salade de pâtes  
Fruit de saison



Salade niçoise  
Rosada en  
sauce ail-persil /  
Riz complet  
Yaourt nature



Allergènes: Oeuf - Produits laitiers - Fruits à coque



Menu végétarien



Plats faits maison



Techniques culinaires: Au four - Plats mijotés - Friture



 LYCÉE FRANÇAIS INTERNATIONAL MALAGA	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine du 13 au 17 octobre	 <b>Février</b>	Salade verte, maïs, olives / Camembert  Paella au poulet Fruit de saison  	Pois-chiches au chorizo Merlan au four / Salade de carottes  - fromage frais Fruit de saison   	Salade Caprese Poulet rôti / Frites Fruit bio   	 Potage de lentilles végétarien Ravioli aux légumes en sauce tomate bio Fruit de saison  
Semaine du 20 au 24 octobre	 Crème de potiron Poitrine de dinde  sauce Soubise / Riz complet Fruit de saison 	Salade verte, maïs, surimi, tomate, olives Spaghetti  Bolognaise Fruit de saison 	<u>Sabor a Andalucía</u> Potage haricots blancs  Rosada frite / Ensaladilla sur  rondelles de tomate Fruit de saison   		



Nos repas (près de 600 menus) sont préparés quotidiennement par une équipe de 5 personnes. La majorité de nos plats sont faits maison, pour d'autres (croquettes, boulettes de viande, feuilletés), les produits nous parviennent déjà élaborés et nous les cuisinons sur place.



Nous servons du pain complet  
trois jours/sem.



Nous utilisons de l'huile d'olive  
vierge extra pour les salades.



Chaque semaine, nous  
proposons un menu  
végétarien.



Allergènes: Oeuf - Produits laitiers - Fruits à coque



Techniques culinaires: Au four - Plats mijotés - Friture

