



































# MENU DU 11 MAI AU 30 JUIN 2026



 LYCÉE FRANÇAIS INTERNATIONAL MALAGA	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine du 11 au 15 mai	Salade niçoise <i>Chili con carne</i> (boeuf) / Riz blanc Fraises   	Soupe de <i>puchero</i> <i>Rosada</i> frite / <i>Salade campera</i> Yaourt grec au miel    	Potage de lentilles végétarien Hamburger au poulet / Salade de tomate, thon, olives Poire  	Congé 	
Semaine du 18 au 22 mai	Salade verte, maïs, surimi, tomate, olives Ragoût de porc en sauce tomate bio / Riz complet Pomme bio  	Potage de pois- chiches végétarien Quiche aux 4 fromages Salade de carottes Yaourt grec au miel     	<i>Porra Antequerana</i> Saucisses de volaille au vin / Purée de pdt Fraises   	Oeuf Mimosa Blanc de poulet sauce Soubise / Coquillettes Prune    	Salade <i>Malagueña</i> Cabillaud en sauce tomate bio / Beignets de chou-fleur Banane     
Semaine du 25 au 29 mai	Potage de haricots blancs végétarien Omelette / Carottes bio sautées Yaourt grec au miel     	<i>Gazpacho</i> andalou Emincé de dinde au curry / Macaroni complets Poire bio   	Paella aux légumes Colin au four / Salade grecque Banane   	Salade verte, tomates cherry, fromage Aubergine farcie (bœuf) / Frites Pomme    	Soupe de <i>puchero</i> Cuisses de poulet / Haricots verts en sauce tomate bio Fraises    

Allergènes: Oeuf - Produits laitiers - Fruits à coque



Menu végétarien



Plats faits maison



Techniques culinaires: Au four - Plats mijotés - Friture





	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>Semaine du 1 au 5 juin</b>	Salade Caprese Boulettes de viande (poulet) / Riz complet Poire	Salade verte, maïs, olives et Camembert Omelette de pdt / Ratatouille Yaourt grec au miel	Porra Antequerana Filet de poulet en persillade / Salade de fusilli tricolore Banane	Salade Cesar Ragoût de bœuf / Quinoa Prune	<b>Sabor a Andalucia</b> Potage de pois-chiches Boquerones frites / Ensaladilla sur rondelles de tomate Pomme bio
<b>Semaine du 8 au 12 juin</b>	Salade verte, maïs, surimi, tomate, olives Blanc de poulet sauce aux champignons / Purée de pdt Nectarine	Potage de lentilles végétarien Curry de champignons et légumes / Riz blanc Yaourt grec au miel	Soupe de puchero Pizza Prosciutto à la dinde Poire bio	Gazpacho andalou Cordon bleu / Pdt au four aux fines herbes Melon	Salade de carottes - fromage frais Rosada a la vizcaina / Macaroni complets Banane
<b>Semaine du 15 au 19 juin</b>	Salade verte, maïs, olives et Camembert Omelette de pdt / Ratatouille Yaourt grec au miel	<b>Menu Indien</b> Samosas aux légumes Poulet Tikka Massala / Riz basmati Pastèque	Salade Cesar Spaghetti Bolognaise (boeuf) Melon	Porra Antequerana Emincé de dinde sauce Soubise / Quinoa Pomme bio	Soupe de puchero Cabillaud en persillade / Pdt panaderas Nectarine

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  
juin**

 **Gazpacho andalou**  
Côte de porc fumée /  
Salade niçoise  
Banane




 **Potage de lentilles  
végétarien**  
Colin au four /  
Salade Caprese  
Poire bio

**Oeuf Mimosa**  
Poulet rôti /  
Frites  
Pastèque



**Macaroni complets à la  
Napolitaine**  
 **Omelette /**  
Carottes bio sautées  
Yaourt grec au miel

**Salade verte, maïs,  
surimi, tomate, olives**  
 **Paella au poulet**  
Melon



**Semaine du  
29 et 30  
juin**

**Salade verte, tomates  
cherry, fromage**  
 **Emincé de dinde  
au curry /**  
Coquillettes  
Pomme



 **Porra Antequerana**  
avec oeuf cuit dur  
**Hamburger au poulet /**  
 **Salade de riz**  
Pastèque



**Bonnes vacances !**



Nos repas (près de 650 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

