MENU DU 3 NOVEMBRE 2026 AU 8 JANVIER 2027



LYCÉE FRANÇAIS INTERNATIONAL MALAGA	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine du 2 au 6 novembre	Congé 	Crème de courgette bio Emincé de dinde au curry / Riz blanc Pomme bio	Macaroni complets Alfredo Saucisses de volaille au vin / Carottes bio sautées Banane	Salade verte, tomates cherry, fromage Ragoût de porc en sauce tomate bio / Quinoa Yaourt grec au miel	*Sabor a Andalucía* Potage haricots blancs *Boquerones* frits / *Ensaladilla* sur rondelles de tomate Mandarine
Semaine du 9 au 13 novembre	Beignets de chou-fleur Omelette de pommes de terre / Ratatouille Yaourt grec au miel	Soupe de *puchero* Pizza *Prosciutto* à la dinde Poire bio	Salade de tomate, thon, olives Cuisses de poulet / Pdt mijotées avec carottes et petits pois Mandarine	Vichyssoise Spaghetti Bolognaise Pomme	Salade *Cesar* Saumon à l'aneth / Riz complet Banane
Semaine du 16 au 20 novembre	*Menu Français* Soupe à l'oignon Blanquette de poulet / Pdt parisiennes Poire	*Paella* aux légumes Colin au four / Salade niçoise Yaourt grec au miel	Potage de lentilles végétarien Quiche aux 4 fromages / Salade grecque Banane	Salade verte, maïs, olives / Camembert Aubergine farcie (bœuf) / Frites Mandarine	Oeuf Mimosa Blanc de poulet sauce aux champignons / Macaroni complets Pomme bio

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 23 au 27 novembre	Soupe de *puchero* Hamburger au poulet / Salade de carottes - fromage frais Banane	Salade *Caprese* Ragoût de bœuf / Quinoa Mandarine	Crème de légumes Spaghetti Bolognaise aux champignons Yaourt grec au miel	*Menu Chinois* Rouleau de printemps Poulet aigre-doux / Riz trois délices Pomme	Salade verte, maïs, surimi, tomate, olives Cabillaud en sauce tomate bio / Pommes de terre *panaderas* Poire bio
Semaine du 30 nov. au 4 décembre	Salade de tomate, thon, olives Cuisses de poulet / Pdt mijotées avec carottes et petits pois Pomme bio	Potage de lentilles végétarien Omelette / Haricots verts en sauce tomate bio Yaourt grec au miel	Salade verte, tomates cherry, fromage Boulettes de viande (poulet) / Riz complet Poire	Crème de potiron bio Cordon bleu / Pdt au four aux fines herbes Mandarine	Soupe de *puchero* Colin en persillade / Carottes bio sautées Banane
Semaine du 7 au 11 décembre		Férié	Salade *Cesar* *Chili con carne* (boeuf) / Riz blanc Mandarine	Crème de courgette bio Poulet rôti / Frites Pomme bio	Potage de pois-chiches végétarien Cabillaud *a la vizcaina* / Salade de *fusilli tricolore* Yaourt grec au miel

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 14 au 18 décembre	Salade niçoise Blanc de poulet sauce Soubise / Riz complet Mandarine	Potage de lentilles végétarien Curry de champignons et légumes / Quinoa Yaourt grec au miel	*Repas de Noël* Croquettes Rôti de dinde sauce au poivre / Gaufre de pdt Sapin au chocolat	Macaroni à la Napolitaine Colin au four / Salade verte, maïs, olives / Camembert Banane	*Cazuela* de pdt et boeuf Côte de porc fumée / Salade grecque Poire bio
21 déc. - 1 janv.		Vacances			
Semaine du 4 au 8 janvier				Salade verte, maïs, surimi, tomate, olives Ragoût de porc en sauce tomate bio / Riz blanc Mandarine	Soupe de *puchero* *Rosada* frite / Salade *Caprese* Pomme bio



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, quiches), 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