

La cantine Love Life

Menus du **secondaire** pour le LFIV, campus Madxaykhao, année 2019-2020

Semaine 16 - du lundi 6 janvier au vendredi 10 janvier



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
ENTRÉE AU CHOIX	Nems aux légumes Carottes rapées	Salade de pomme de terre Salade de chou	Croquettes	Soupe d'épinards Salade lao	Salade de maïs Concombres à la bulgare
PLAT PRINCIPAL	Spaghetti Carbonara	Nouilles de riz sautées aux légumes "Pad Siew"	Omelette thaï au poulet	Tomates farcies	Parmentier de poisson
GARNITURE 1: LÉGUMES	Haricots verts & chayotes sautés	incl. + Tomate & concombre	Épinards d'eau sautés (Pak Bong)	incl. (tomatoes)	Salade verte
GRANITURE 2: FÉCULENTS	incl. (pâtes)	incl. (nouilles de riz)	Riz à la vapeur	Riz complet aux herbes	incl. (Purée de pommes de terre)
DESSERT AU CHOIX	Yaourt maison Fruits de saison Salade de fruits	Yaourt maison Fruits de saison Gâteau à la mangue	Yaourt maison Fruits de saison	Yaourt maison Fruits de saison Mousse au chocolat	Yaourt maison Fruits de saison Salade de fruits

Code couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

RIZ

POMME DE TERRE

BLÉ / CÉRÉALES

NB. Les convives du secondaire ont droit à deux desserts s'ils le souhaitent, mais dont au moins un est un fruit frais.

La cantine Love Life

Menus du **secondaire** pour le LFIV, campus Hadxaykhao, année 2019-2020

Semaine 17 - du lundi 13 janvier au vendredi 17 janvier



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
ENTRÉE AU CHOIX	Oeuf mayonnaise Salade de tomates	Soupe de tomate Salade composée	Salade de chou	Salade de maïs Rouleaux de printemps	Soupe de potiron Tomates Mimosa
PLAT PRINCIPAL	Curry végétarien	Fillets de poisson Meunière	Pizza Margarita	Hachis parmentier	Poulet a la chinoise "Lad Na"
GARNITURE 1: LÉGUMES	Chou-fleur croustillant	Carottes Vichy	Courgettes sautées	Salade verte	incl. (carotte, chou, champignons, bok choi)
GRANITURE 2: FÉCULENTS	Riz à la vapeur & maïs	Riz Pilaf	incl. (pâte à pizza)	incl. (Purée de pommes de terre)	Stir Fried Rice Noodles
DESSERT AU CHOIX	Yaourt maison Fruits de saison Salade de fruits	Yaourt maison Fruits de saison Beignets de pommes	Fruits de saison	Yaourt maison Fruits de saison <i>Galette des Rois</i>	Yaourt maison Fruits de saison Salade de fruits

Code couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

RIZ

POMME DE TERRE

BLÉ / CÉRÉALES

NB. Les convives du secondaire ont droit à deux desserts s'ils le souhaitent, mais dont au moins un est un fruit frais.

La cantine Love Life

Menus du **secondaire** pour le LFIV, campus Madxaykhao, année 2019-2020

Semaine 18 - du lundi 20 janvier au vendredi 24 janvier



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
ENTRÉE AU CHOIX	Beignets de légumes Salade composée	Rillettes de thon Salade japonaise	Carottes rapées & oeuf	Salade de pomme de terre Carottes rapées	Salade de maïs Salade lao
PLAT PRINCIPAL	Petites saucisses de Frankfort	Pad Thai aux légumes	Goujons de poulet panés	Lasagnes "Saumon & crème pesto"	Travers de porc à la thai
GARNITURE 1: LÉGUMES	Émincé de chou sauté	incl. + Tomate & concombre	Émincé de chou sauté	Salade verte	Carottes, broccoli & chou-fleur sautés
GRANITURE 2: FÉCULENTS	Purée verte	incl. (nouilles de riz)	Frites de pomme de terre	incl. (pâtes)	Riz à la vapeur
DESSERT AU CHOIX	Yaourt maison Fruits de saison Salade de fruits	Yaourt maison Fruits de saison Mok Keng thaiï	Yaourt maison Fruits de saison	Yaourt maison Fruits de saison Glace	Yaourt maison Fruits de saison Salade de fruits

Code couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

RIZ

POMME DE TERRE

BLÉ / CÉRÉALES

NB. Les convives du secondaire ont droit à deux desserts s'ils le souhaitent, mais dont au moins un est un fruit frais.

La cantine Love Life

Menus du **secondaire** pour le LFIV, campus Madxaykhao, année 2019-2020

Semaine 19 - du lundi 27 janvier au vendredi 31 janvier



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
ENTRÉE AU CHOIX	Samosas aux légumes Salade de tomates	Salade de riz Soupe d'épinards	Rouleaux de printemps	Croquettes Salade composée	Taboulé Salade de chou
PLAT PRINCIPAL	Blanquette de poulet	Fusilli au Thon	Riz frit aux légumes	Jarret de porc "Khao Kha Moo"	Brochettes de poulet
GARNITURE 1: LÉGUMES	incl. + Haricots verts à l'ail	Courgettes sautées & Mac Sou	incl. + Tomate & concombre	Épinards d'eau sautés (Pak Bong)	Salade verte
GRANITURE 2: FÉCULENTS	Riz à la vapeur	incl. (pâtes)	incl. (riz)	Riz à la vapeur / Lentilles	Pommes de terres et patates douces au four
DESSERT AU CHOIX	Yaourt maison Fruits de saison Salade de fruits	Yaourt maison Fruits de saison Beignets d'ananas	Yaourt maison Fruits de saison	Yaourt maison Fruits de saison Choux vanille	Yaourt maison Fruits de saison Salade de fruits

Code couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

RIZ

POMME DE TERRE

BLÉ / CÉRÉALES

NB. Les convives du secondaire ont droit à deux desserts s'ils le souhaitent, mais dont au moins un est un fruit frais.

La cantine Love Life

Menus du **secondaire** pour le LFIV, campus Hadxaykhao, année 2019-2020

Semaine 20 - du lundi 3 février au vendredi 7 février



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
ENTRÉE AU CHOIX	Oeuf mayonnaise	Soupe miso	Nems aux légumes	Salade de pomme de terre	Soupe de potiron
	Salade composée	Salade lao		Salade japonaise	Carottes rapées
PLAT PRINCIPAL	Poulet au four à la thaï	Nouilles sautées aux légumes "Pad Mii"	Spaghetti Bolognaise	Ailes de poulet au four "Khao Kai Mok"	Pizza au thon
GARNITURE 1: LÉGUMES	Bok choi sauté	incl. + Tomate & concombre	Courgettes sautées w/ Garlic	Émincé de chou sauté & Broccoli	Salade verte
GRANITURE 2: FÉCULENTS	Frites de pomme de terre	incl. (nouilles de blé)	incl. (pâtes)	Riz jaune	incl. (pâte à pizza)
DESSERT AU CHOIX	Yaourt maison	Yaourt maison	Yaourt maison	Yaourt maison	Yaourt maison
	Fruits de saison	Fruits de saison		Fruits de saison	Fruits de saison
	Salade de fruits	Tarte aux fruits		Crème caramel	Salade de fruits

Code couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

RIZ

POMME DE TERRE

BLÉ / CÉRÉALES

NB. Les convives du secondaire ont droit à deux desserts s'ils le souhaitent, mais dont au moins un est un fruit frais.

La cantine Love Life

Menus du **secondaire** pour le LFIV, campus Madxaykhao, année 2019-2020

Semaine 21 - du lundi 10 février au vendredi 14 février



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
ENTRÉE AU CHOIX	Carottes rapées & oeuf Salade lao	Salade de maïs Concombres à la bulgare	Salade de pomme de terre	Salade de riz Carottes rapées	Beetroot Soup Salade de tomates
PLAT PRINCIPAL	Chilli végétarien & fromage rapé	Chipolatas	Beignets de poisson thaï	Lasagnes bolognaise	Poulet rôti au paprika
GARNITURE 1: LÉGUMES	Salsa de tomates	Chou sauté fondant	Tomate & concombre	Salade verte	Potiron au four
GRANITURE 2: FÉCULENTS	Riz à la vapeur	Purée de pommes de terre	Riz jaune	incl. (pâtes)	Riz gluant
DESSERT AU CHOIX	Yaourt maison Fruits de saison Salade de fruits	Yaourt maison Fruits de saison Beignets de banane	Yaourt maison Fruits de saison	Yaourt maison Fruits de saison Lollie glacée aux fruits	Yaourt maison Fruits de saison Salade de fruits

Code couleur

PORC

POISSON

POULET

VÉGÉTARIEN

RIZ

POMME DE TERRE

BLÉ / CÉRÉALES

NB. Les convives du secondaire ont droit à deux desserts s'ils le souhaitent, mais dont au moins un est un fruit frais.

La cantine Love Life

Menus du **secondaire** pour le LFIV, campus Madxaykhao, année 2019-2020

Semaine 22 - du lundi 17 février au mardi 18 février



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
ENTRÉE AU CHOIX	Rouleaux de printemps Salade de chou	Beignets de légumes Salade composée			
PLAT PRINCIPAL	Curry vert au poulet	Spaghetti au Pesto	Vacances		
GARNITURE 1: LÉGUMES	incl. + Tomate & concombre	Salade verte			
GRANITURE 2: FÉCULENTS	Riz à la vapeur	incl. (pâtes)			
DESSERT AU CHOIX	Yaourt maison Fruits de saison Salade de fruits	Yaourt maison Fruits de saison Gâteau banane & chocolat			

Code couleur

PORC	POISSON	POULET	VÉGÉTARIEN
	RIZ	POMME DE TERRE	BLÉ / CÉRÉALES

NB. Les convives du secondaire ont droit à deux desserts s'ils le souhaitent, mais dont au moins un est un fruit frais.