

MANGER

APPRENDRE

VIVRE

Printemps 2014
Ecole Européenne
Luxembourg II



De Bouche à Oreille



EN 2014, TOUS CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE !



CHEF EUROPE REVIENT...

Savourer la cuisine de nos voisins, découvrir leurs secrets, partager ensemble le plaisir d'un déjeuner pas comme les autres ! Suite au succès de notre édition de 2013, **Chef Europe sera de retour du 17 au 21 mars 2014.**

Les restaurants revêtiront les couleurs de l'Europe au travers d'une visite gastronomique et de la découverte culinaire des différents pays mis à l'honneur. **Vos enfants pourront gustativement voyager en Allemagne, au Danemark, en Espagne, en Italie et en Pologne.**

Le Parlement européen a pris l'initiative de déclarer l'année 2014, année consacrée à la lutte contre le gaspillage alimentaire. L'occasion pour Euresst de s'engager davantage dans la gestion de ses déchets et de multiplier projets innovants et démarches éco-responsables auprès de ses jeunes convives.

Depuis le début de l'année scolaire, Euresst a initié les notions de développement durable. Euresst va maintenant accompagner vos enfants pour leur montrer l'importance de la lutte contre le gaspillage alimentaire et les aider à adopter les bon gestes, au restaurant scolaire mais aussi à la maison, grâce à notre animation «STOP AU GASPILLAGE ALIMENTAIRE» et à sa communication positive, engageante, et adaptée à chaque cycle.

Cette animation se déroulera du 31 mars au 11 avril lors d'une première phase et continuera du 5 au 9 mai avec une phase de rappel. Vous pourrez également venir la découvrir lors de la journée porte ouverte de l'école le 9 mai prochain !

Du côté des Enfants



APPRENDRE

10 Règles Anti Gaspi !



1. Acheter en quantité adaptée et planifier ses repas
2. Acheter les produits frais en dernier
3. Respecter la chaîne du froid
4. Bien lire les étiquettes et faire la différence entre la DLC et la DLUO
5. Ranger logiquement les aliments dans le réfrigérateur et le nettoyer régulièrement
6. Congeler pour mieux conserver ses aliments
7. Accomoder les restes
8. À la cantine, au restaurant ou chez soi, ne pas avoir les yeux plus grand que le ventre
9. À la fin du repas, ne jeter que les aliments ou les restes qui ne peuvent pas être conservés
10. Cuisiner les quantités appropriées, apprenez à doser vos aliments.

Aide les légumes de printemps à retrouver leur place !

Chaque légumes ne doit se retrouver qu'une fois sur chaque ligne et chaque colonne. Re-place-les bien



Réponses : 1-D, 2-A, 3-B, 4-C

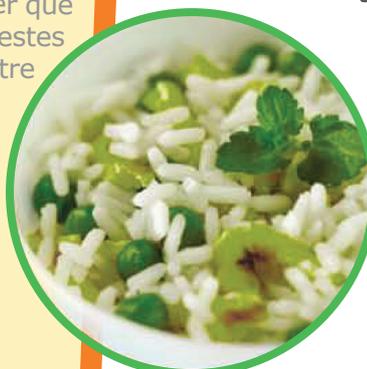
Ta recette facile

La salade de riz fraîcheur

Pour 4 personnes, à faire avec un adulte
Préparation : 15 mn

Ingrédients :

- 100g de riz long
- 40g de concombres
- 40g de petits pois
- 1 bouquet de menthe, ciboulette et persil
- Poivre, Sel
- Vinaigrette à base d'huile d'olive et de citron ou d'une sauce bulgare



- * Fais cuire le riz à l'eau. Egoutte-le et refroidis-le en le passant sous de l'eau bien froide - ça aide les grains à bien se décoller !
- * Fais de même pour les petits pois.
- * Coupe le concombre en petits cubes.
- * Découpe finement les herbes
- * Mélange le riz, le concombre, les petits pois et les herbes et assaisonne.
- * Et voilà, s'il te reste du riz au frigo, tu sais comment le réutiliser plutôt que de le jeter !

Le sais-tu ?

Quelle différence entre DLC et DLUO ?

DLUO : Date limite d'utilisation optimale passée cette date, tu peux encore manger le produit.

DLC : Date limite de consommation, pas à sée cette date, le produit n'est plus à manger

Réponse :



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Polage	Crème Parmentière	Potage aux brocolis	Potage oriental	Férié	Crème de champignons
Entrées 100 % bio.	Salade de pommes aux raisins secs	Salade Antillaise	Riz aux petits légumes et menthe fraîche		Salade d'épinards au parmesan et croûtons de pain
	Betteraves au citron	Salade de choux blancs	Salade de concombre à l'aneth		Salade d'haricots rouge et maïs
	Champignons à l'estragon	Légumes grillés	Fenouil au curry		Semoule et céleri vert
Plat froid	Salade de crevettes/ananas et coriandre	Salade de chèvre aux lardons	Brochette de scampis et guacamole		Salade César
Plat principal	Bouchée à la reine	Steack haché du terroir et oignons caramélisés	Cuisse de lapin à la moutarde		Dos de merlu et coulis de tomate 
Plat végétarien	Tortillas de légumes et lanières de tofu	Tarte fines aux poires et gorgonzola	Panini végétarien		Fritatas aux courgettes champignons et féta
Plat Pasta	Troffie aux tomates, capres et basilic	Farfalle au saumon	Spaghetti carbonara		Nouilles chinoises sautées au poulet tandori
Hypocoallergique	Fricassé de dinde basilic	Bœuf surprise	Hachis de bœuf		Parmentier de dinde
Féculents	Riz pilaf	Pommes de terre grenaille	Spaghetti		Blé à la tomate
	Frites	Farfalle	Riz trois mélanges		Nouilles chinoises
	Troffie	Boulghour	Pommes duchesse		Purée de pommes de terre
Légumes	Poêlée de légumes	Petits-pois/Carottes	Salade verte		Haricots verts
	Brocolis aux amandes	Piperade	Poireaux		Flan de légumes
	Fenouil braisé	Poêlée de soja	Poêlée de courgettes		Poireaux à la crème
Desserts	Yaourt aux fruits bio	Marbré maison aux chocolat	Salade de fruits frais		Mousse au chocolat maison
	Profiteroles maison	Pudding diplomate maison	Tarte au fromage blanc		Fromage blanc à l'abricot
	Crème au café	Fromage blanc exotique	Mille-Feuille maison		Ananas rôti
	Compote de pommes	Prunes	Poires		Religieuse maison à la framboise

Composition des repas

L'équilibre alimentaire et les apports nécessaires à vos enfants sont assurés chaque jour tout au long de la journée (collations, repas, goûters) par la planification de tous les aliments bons pour leur croissance (légumes, fruits, produits laitiers etc.)

À l'école : (cellules grisées)

Maternelle : plat et dessert
Primaire : plat et dessert

Au CPE : (cellules grisées)

Garderie : potage/entrée, plat et dessert
Centre d'études et de loisirs : plat et dessert

Pour les élèves du secondaire

Entrée ou potage - plat - dessert ou fruits ou produits laitiers au choix sous forme de self-service

Bon à savoir ! Chaque semaine les menus sont affichés dans tous les restaurants.



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Polage	Crème d'endives	Soupe de poireaux	Potage de légumes	Consommé de légumes	Velouté Dubarry
Entrées 100 % bio.	Choux rouge	Carottes rapées	Salade de betteraves et maïs	Boullghour à l'orientale	Salade exotique
	Salade normande	Salade Provençale	Endives au gouda	Salade de brocolis, amandes et raisins secs	Salade tomate-mozzarella
	Salade de pâtes aux petits légumes	Taboulé	Salade de haricots au thon	Choux blanc	Salade d'agrumes
Plat froid	Légumes grillés et jambon séché	Poulet en croûte de tomates et mozzarella	Salade Niçoise	Salade de pommes de terre aux lardons	Cocktail avocat-crevettes
Plat principal	Emincé de porc sauce moutardé (sans moutarde mat,prim)	Dos de saumon laqué	Rougail de bœuf	Escalope de dinde aux champignons	Calamars à la romaine
Plat végétarien	Beignets de brocolis	Aumônière de légumes gratinée à l'emmental	Tarte fine aux chicon et bleu	Taco végétarien	Crêpes farcies aux épinards et amandes
Plat Pasta	Tortellini au fromage	Gnocchi bolognaise	Eierknoffle au lard	Linguine au vongole	Orrechiette chorizo et poivrons
Hypocoallergique	Riz farandole	Médaille de poulet/carottes	Poulet grand-mère	Veau en saucisse	Manchons de poulet riz parfumé
Féculents	Pommes de terre au thym	Gnocchi	Semoule	Purée de pommes de terre	Riz jaune
	Polenta	Pommes de terre au four	Riz créole	Riz	Orrechiette
	Penne	Blé	Pommes de terre au romarin	Linguine	Quinoa
Légumes	Choux fleur ciboulette	Salade verte	Carottes vichy	Brocolis	Haricots beurre
	Concombres poêlés	Rettich	Courgettes	Lentilles	Salsifis
	Tomates au parmesan	Flan de légumes	Choux de Bruxelles	Poêlée de champignons	Flan d'épinards
Desserts	Pommes	Fromage blanc Crumble	Milk shake fraise	Melon	Flan à la vanille
	Fromage blanc coulis ananas	Churros maison	Fromage blanc aux copeaux de chocolat	Fromage blanc au caramel	Salade de fruits frais
	Tiramisu maison	Clémentines	Raisin	Forêt Noire maison	Fromage blanc et son coulis
	Crème brûlée maison	Clafoutis cerise maison	Éclair maison aux fruits rouges	Pain perdu maison	Gaufre chantilly - chocolat

Composition des repas

L'équilibre alimentaire et les apports nécessaires à vos enfants sont assurés chaque jour tout au long de la journée (collations, repas, goûters) par la planification de tous les aliments bons pour leur croissance (légumes, fruits, produits laitiers etc.)

À l'école : (cellules grisées)

Maternelle : plat et dessert
Primaire : plat et dessert

À l'EP : (cellules grisées)

Garderie : potage/entrée, plat et dessert
Centre d'études et de loisirs : plat et dessert

Pour les élèves du secondaire

Entrée ou potage - plat - dessert ou fruits ou produits laitiers au choix sous forme de self-service

Bon à savoir ! Chaque semaine les menus sont affichés dans tous les restaurants.



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Potage	Velouté de salsifis	Potage d'aubergines	Potage de tomates	Velouté de poivrons	Consommé aux vermicelles
Entrées 100 % bio.	Carottes au citron	Fenouil au cumin	Salade de haricots aux oignons	Soja aux agrumes	Betteraves aux pommes
	Salade d'endives	Cèleri vert	Maïs à la ciboulette	Légumes grillés	Salade de tomates
	Salade de poivrons et courgettes	Riz aux fruits secs	Choux chinois aux lardons	Taboulé à la menthe	Salade de riz
Plat froid	Salade Parisienne	Tomates mimosa	Carpaccio de bœuf aux copeaux de parmesan et huile d'olive	Méli-mélo de scampis aux agrumes	Salade Grecque
Plat principal	Sauté de boeuf aux poivrons	Cordon bleu maison (non pané)	Pilons de poulet (CPE, PRI) Cuisse de poulet aux herbes (PAS, SEC)	Moussaka	Dos de cabillaud marinière 
Plat végétarien	Loempia de légumes	Bouchée forestière au quinoa	Couscous végétarien	Tourte au chèvre et courgettes	Burger de courgettes et aubergines au chèvre
Plat Pasta	Ravioles ricotta et épinards sauce au bleu et poires	Spaghetti aux moules	Farfalle au poivrons, anchois et olives	Penne al rabiatta	Gnocchi aux petits lardons parfumé à la sauge
Hypoallergique	Fricassé de dinde basilic	Bœuf surprise	Hachis de bœuf	Boulette d'orient	Parmentier de dinde
Féculents	Pommes de terre rôties	Blé	Riz créole	Plat unique	Pommes boulangères
	Riz	Spaghetti	Farfalle	Semoule	Cellantani
	Rigatoni	Pommes de terre noisette	Boulghour	Penne	Gnocchi
Légumes	Petit-pois	Tomates Provençales	Ratatouille	Plat unique	Carottes persillées
	Poêlée courgettes et fenouil	Choux romanesco	Brocolis	Endives braisées	Pois gourmands
	Haricots sautés au beurre	Flan de légumes	Maïs et Champignons	Aubergines grillées	Poêlée de légumes
Desserts	Pannacotta maison	Abricots	Crème chiboust à la fraise	Crêpes au sucre	Smoothie aux fruits
	Mousse mascarpone à la mangue	Fromage blanc aux céréales	Pamplemousse	Carpaccio d'ananas à la menthe fraîche	Charlotte aux poires maison
	Crème caramel maison	Smoothie passion	Fromage blanc aux fraises	Fromage blanc aux myrtilles	Fromage blanc à la mangue
	Raisin	Strudel maison aux pommes et raisins secs	Riz au lait maison à la cannelle	Banane	Croustillant maison aux fruits des bois

Composition des repas

L'équilibre alimentaire et les apports nécessaires à vos enfants sont assurés chaque jour tout au long de la journée (collations, repas, goûters) par la planification de tous les aliments bons pour leur croissance (légumes, fruits, produits laitiers etc.)

À l'école : (cellules grisées)

Maternelle : plat et dessert
Primaire : plat et dessert

À l'EP : (cellules grisées)

Garderie : potage/entrée, plat et dessert
Centre d'études et de loisirs : plat et dessert

Pour les élèves du secondaire

Entrée ou potage - plat - dessert ou fruits ou produits laitiers au choix sous forme de self-service

Bon à savoir ! Chaque semaine les menus sont affichés dans tous les restaurants.



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Potage	Potage parmentier	Potage crécy	Potage aux endives	Potage de poivrons froids	Crème provençale
Entrées 100 % bio.	Billes de mozzarella au pesto	Carottes persillées	Aubergines grillées	Salade de cèleri	Endives au jambon
	Salade d'artichauts	Choux chinois au kiwi	Courgettes, chorizo et chèvre	Salade d'avocats et pamplemousses	Salade de tomates
	Salade d'haricots verts	Macédoine de légumes	Salade au thon et poivrons	Champignons à la coriandre	Taboulé de quinoa
Plat froid	Brochette de melon, pastèque et jambon de parme	Pommes de terre en robes des champs et fromage frais aux herbes	Salade Espagnole	Asperges blanches et vinaigrette vierge, jambon	Sushi
Plat principal	Suprême de volaille au curry	Burger Papillote de saumon aux épices	Ragout de bœuf grand-mère (CPE, PRIMAIRE, SEC) Brochette de bœuf (PAS)	Couscous	Côtes de porc à la moutarde ancienne
Plat végétarien	Œufs brouillés aux poivrons	Escalope de cèleri à la coriandre	Gâteau de pommes de terre, tomates et parmesan	Tarte fine de légumes et mozzarella	Tajine de légumes au lanière de tofu
Plat Pasta	Ravioles aux cèpes sauce aux noix	Rigatoni aux scampis et artichauts	Troffie aux poivrons, tomates confites et roquette	Cellantani aux brocolis et pancetta	Gnocchi à la niçoise
Hypallergique	Riz farandole	Médailillon de poulet/carottes	Poulet grand-mère	Veau en saucisse	Manchons de poulet riz parfumé
Féculents	Boulghour	Pommes de terre wedges	Riz créoles	Plat unique	Gnocchi
	Orrechiette	Riz jaune	Pommes de terre au paprika	Riz aux raisin sec	Schupfnüdeln
	Pommes de terre vapeur	Rigatoni	Troffie	Cellantani	Riz
Légumes	Fèves	Romanesco	Poêlée de légumes	Plat unique	Salade verte
	Flan de légumes	Choux rouge	Poêlée de poivrons	Salsifis	Tomates au four
	Fenouil confit	Rettich	Courgettes au thym	Champignons à l'ail	Gratin de cèleri
Desserts	Yaourt bio	Poire au chocolat	Riz au lait maison	Aeblekage	Glace vanille
	Tiramisu maison aux fraise	Crêpes aux pommes	Smoothie de fruits	Mousse au citron	Religieuse framboise maison
	Bavarois aux myrtilles	Daquoise noisette	Flan de fromage	Fromage blanc spéculoos	Fromage blanc au miel
	Fruits de saison	Fromage blanc muesli	Tartelette aux fruits	Brioche fourrée au chocolat	Poires

Composition des repas

L'équilibre alimentaire et les apports nécessaires à vos enfants sont assurés chaque jour tout au long de la journée (collations, repas, goûters) par la planification de tous les aliments bons pour leur croissance (légumes, fruits, produits laitiers etc.)

À l'école : (cellules grisées)

Maternelle : plat et dessert
Primaire : plat et dessert

À l'EP : (cellules grisées)

Garderie : potage/entrée, plat et dessert
Centre d'études et de loisirs : plat et dessert

Par les élèves du
secondaire

Entrée ou potage - plat - dessert ou fruits ou produits laitiers
au choix sous forme de self-service

Bon à savoir ! Chaque semaine les menus sont affichés dans tous les restaurants.



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Potage		Potage de haricots verts	Potage de cèleri		
Entrées 100 % bio.	Salade de concombres				
Plat froid					
Plat principal	Mettwurst grillée	Steack de bœuf sauce barbecue	Poisson pané	Férié	Fermé
Plat végétarien	Penne à la napolitaine	Tian de légumes à la mozzarella	Quiche aux brocolis et amandes		
Plat Pasta					
Hypoallergique	Fricassé de dinde basilic	Bœuf surprise	Hachis de bœuf		
Féculents	Purée de pommes de terre	Pommes de terre rôties	Riz aux herbes		
Légumes	Pôlée de courgettes	Salade de tomates	Méli-Mélo de légumes		
Desserts	Yaourt aux fruits	Bavarois à la fraise	Salade de fruits frais		

Composition des repas

L'équilibre alimentaire et les apports nécessaires à vos enfants sont assurés chaque jour tout au long de la journée (collations, repas, goûters) par la planification de tous les aliments bons pour leur croissance (légumes, fruits, produits laitiers etc.)

À l'école : (cellules grisées)

Maternelle : plat et dessert
Primaire : plat et dessert

À l'EE : (cellules grisées)

Garderie : potage/entrée, plat et dessert
Centre d'études et de loisirs : plat et dessert

Pour Les élèves du secondaire

Entrée ou potage - plat - dessert ou fruits ou produits laitiers au choix sous forme de self-service

Bon à savoir ! Chaque semaine les menus sont affichés dans tous les restaurants.



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Polage	Crème de carottes	Gaspacho aux concombres	Potage de légumes	Velouté de courgettes	Minestrone
Entrées 100 % Bio	Salade de courgettes et tomates	Boulghour aux olives	Choux-rouge	Fenouil à la coriandre	Salade d'agrumes
	Salade de concombres à l'aneth	Salade de coeurs d'artichauts	Carottes au citron	Légumes grillés	Salade de chou blanc
	Betteraves et pommes	Salade de maïs et poivrons	Salade tomates-mozzarella	Champignons à l'estragon	Taboulé de quinoa
Plat froid	Tortillas Italien	Salade de chèvre et sirop de Liège	Salade Lyonnaise	Salade de pommes de terre au saumon fumé	Salade d'avocats, pamplemousses et crevettes roses
Plat principal	Bœuf braisé à la tomate	Suprême de volaille gratiné	Gyros de porc sauce pita	Coquelet rôtie	Dos saumon rôties sauce oseille
Plat végétarien	Beignets de chou fleur	Fajitas de légumes et féta	Blanquette de légumes au tofu	Pissaladière	Brick aux épinards et pignons de pins
Plat Pasta	Rigatoni aux artichauts et chicon	Nouilles sautées aux crevettes	Gnocchi au pesto	Lasagne de boeuf maison	Eierknoffle aux petits légumes et jambon
Hypoallergique	Riz farandole	Médaille de poulet/carottes	Poulet grand-mère	Veau en saucisse	Manchons de poulet riz parfumé
Féculents	Rigatoni	Pommes de terre rôties	Riz	Avec le plat	Semoule
	Grenailles	Gnocchi	Farfalle	Riz 3 mélanges	Penne
	Quinoa	Polenta	Purée	Pommes boulangères	Pommes croquettes
Légumes	Chou fleur	Ratatouille	Carottes persillées	Salade verte	Tomates au four
	Fenouil braisé	Poêlée de soja	Épinards	Petit-pois à la française	Salsifis
	Haricots beurre	Aubergines grillées	Fondue de poireaux	Courgettes à l'huile d'olive	Champignons à l'ail
Desserts	Smoothie fruits exotiques	Brownie maison	Mousse fromage blanc	Salade de fruits	Flan vanille
	Fromage blanc Crumble	Fromage blanc coulis	Gratin de fruits rouges	Pannacotta au thym	Chinois maison
	Flan au chocolat maison	Poire Belle-Hélène	Pamplemousse	Gâteau aux fruits et ganache gourmande	Fromage blanc kiwi
	Fruits de saison	Ananas	Tarte à la rhubarbe maison	Fromage blanc à la fleur d'oranger	Tartelette au fraise

Composition des repas

L'équilibre alimentaire et les apports nécessaires à vos enfants sont assurés chaque jour tout au long de la journée (collations, repas, goûters) par la planification de tous les aliments bons pour leur croissance (légumes, fruits, produits laitiers etc.)

À l'école : (cellules grisées)

Maternelle : plat et dessert
Primaire : plat et dessert

À l'EP : (cellules grisées)

Garderie : potage/entrée, plat et dessert
Centre d'études et de loisirs : plat et dessert

Pour les élèves du secondaire

Entrée ou potage - plat - dessert ou fruits ou produits laitiers au choix sous forme de self-service

Bon à savoir ! Chaque semaine les menus sont affichés dans tous les restaurants.



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Potage		Crème de lentilles	Velouté de carottes	Consommé chinois	Crème parmentière
Entrées 100 % bio.		Salade Ceasar	Salade Niçoise	Salade de betteraves et oranges	Endives aux noix et bleu
		Salade de tomates, maïs et haricots rouges	Salade au soja	Salade de boulghour	Salade pita
		Salade d'asperges et pamplemousses	Salade d'avocats et ananas	Coleslaw	Orrechiete lardons et brocolis
Plat froid		Asperges blanches gratinées au comté	Rouleaux de printemps au poulet	Carpaccio de melon et jambon cru	Salade féta et légumes du soleil
Plat principal	Férié	Steack de bœuf grillé	Cordon bleu de dinde à la provençale	Chili con carne	Jarret de porc
Plat végétarien		Fondue parmesanne	Gratin de légumes au tofu	Clafoutis à la tomate et fruits secs	Aubergines gratinées à la mozzarella
Plat Pasta		Troffie aux anchois	Tortellini à la tomate	Penne aux poulet et curry	Cannelloni de poisson maison
Hypoallergique		Bœuf surprise	Hachis de bœuf	Boulette d'orient	Parmentier de dinde
Féculents		Spaetzle	Pommes de terre au thym	Riz	Avec le plat
		Troffie	Riz jaune	Penne	Riz
		Polenta	Rigatoni	Pommes de terre au romarin	Frites
Légumes		Poêlée de champignons et maïs	Choux fleur persillé	Poêlée de légumes	Salade verte
		Aubergines grillées	Tomate provençale	Fenouil	Choux de Bruxelles
		Endives braisées	Piperade	Gratin de navets	Flan de légumes
Desserts		Roulé aux framboises	Cheese cake au spéculoos et noix de coco	Glace à la fraise	Pommes
		Fromage blanc au miel	Fromage blanc aux fraises	Smoothie banane et caramel	Fromage blanc à la menthe et chocolat
		Crèmeux mascarpone aux myrtilles	Poires	Abricot	Tarte à la rhubarbe
		Parfait à la pistache	Mille-feuille maison	Entremet chocolat intense et brisure de brownie	Mini-meringue et gelée de fraise

Composition des repas

L'équilibre alimentaire et les apports nécessaires à vos enfants sont assurés chaque jour tout au long de la journée (collations, repas, goûters) par la planification de tous les aliments bons pour leur croissance (légumes, fruits, produits laitiers etc.)

À l'école : (cellules grisées)

Maternelle : plat et dessert
Primaire : plat et dessert

À l'EE : (cellules grisées)

Garderie : potage/entrée, plat et dessert
Centre d'études et de loisirs : plat et dessert

Pour Les élèves du secondaire

Entrée ou potage - plat - dessert ou fruits ou produits laitiers au choix sous forme de self-service

Bon à savoir ! Chaque semaine les menus sont affichés dans tous les restaurants.



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Polage	Vichyssoise	Velouté petit-pois	Soupe de melon, pastèque et tomates	Consommé de légumes	Crème froide aux courgettes
Entrées 100 % bio.	Concombre à la crème	Salade de champignons et maïs	Salade de soja, ananas et miel	Salade d'avocats, maïs et courgettes	Salade de pommes aux noix
	Salade printanière	Salade de choux fleur et lardons	Betterave à la féta	Salade melon et pastèque au chèvre	Penne au basilic, roquette et copeaux de parmesan
	Salade de pâtes au thon et câpres	Courgette à la menthe	Salade de lentilles aux herbes	Céleri rémoulade	Salade de cœur de palmiers
Plat froid	Salade Périgourdine	Poulet aux tomates confites et asperges	Tartare de tomates et chèvre	Saumon en croûte de sésame	Salade de chorizo, poivron et origan
Plat principal	Rôti de dinde aux petits légumes	Poisson pané(CPE,PRIM) Merlu au citron(SEC,PAS)	Ragout de bœuf braisé	Tajine d'agneau à la marocaine	Rumsteack de porc grillé
Plat végétarien	Korn gratiné	Crêpes farcies aux champignons	Moussaka végétarienne	Burger Italien	Brick de tomates et chèvre
Plat Pasta	Spaghetti aux fruits de mer	Cannelloni de bœuf	Gnocchi gorgonzola	Penne au jambon et basilic	Nouilles chinoises sautées au bœuf caramélisé
Hypocoallergique	Riz farandole	Médaille de poulet/carottes	Poulet grand-mère	Veau en saucisse	Manchons de poulet riz parfumé
Féculents	Purée	Riz 3 mélanges	Gratin de pommes de terre	Penne	Orrechiete
	Spaghetti	Tagliatelles	Quinoa	Pommes de terre au thym	Riz aux herbes
	Semoule	Pommes de terre au four	Gnocchi	Blé	Nouilles chinoises
Légumes	Haricots verts	Tomates au pamesan	Carottes	Salade verte	Courgette
	Champignons-maïs	Chou blanc au cumin	Romanesco	Brocolis aux amandes	Fenouil braisé
	Aubergines	Rettich	Endives braisées	Celeri vert au curry	Flan dépinard
Desserts	Fromage blanc à la manque	Coupe de fraise à la chantilly	Melon	Mousse au chocolat	Pudding diplomate
	Grappe fruit rouge	Fromage blanc aux poires	Fromage blanc au Caramel	Smoothie passion	Fromage blanc aux banane
	Tarte fine aux pommes	Eclair vanille maison	Tiramisu à la framboise	Fromage blanc fruit secs	Moelleux aux fruits secs
	Moelleux chocolat	Aumonière aux fruits	Sabayon de fruits	Coupe de kiwi	Ananas

Composition des repas

L'équilibre alimentaire et les apports nécessaires à vos enfants sont assurés chaque jour tout au long de la journée (collations, repas, goûters) par la planification de tous les aliments bons pour leur croissance (légumes, fruits, produits laitiers etc.)

À l'école : (cellules grisées)

Maternelle : plat et dessert
Primaire : plat et dessert

À l'EP : (cellules grisées)

Garderie : potage/entrée, plat et dessert
Centre d'études et de loisirs : plat et dessert

Pour les élèves du secondaire

Entrée ou potage - plat - dessert ou fruits ou produits laitiers au choix sous forme de self-service

Bon à savoir ! Chaque semaine les menus sont affichés dans tous les restaurants.

Menu du 23 au 27 juin 2014

Ecole Européenne de Luxembourg II



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Potage		Gaspacho de concombres	Soupe d'aubergines	Crème aux champignons	Potage aux brocolis
Entrées 100 % bio.		Brocolis aus raisins secs Salade de riz exotique Frisée aux lardons	Poireaux vinaigrette Tomates mozzarella Salade de chou et noix de coco	Pousse d'épinard Duo de pommes au curry Salade de pâtes aux poivrons	Salade d'œufs durs, betteraves et persil Coleslaw Salade d'endives et melon
Plat froid		Salade provençale	Sablé et légumes grillées	Mille feuille de légumes et saumon fumé	Brochette de tomates, mozzarella et chorizo
Plat principal		Crêpinette de porc jus réduit	Escalope de poulet milanaise	Émincé de bœuf aux oignons	Rôti de veau caramélisé
Plat végétarien	Férié	Paëlla végétarienne	Tomates farcies au blé	Chili de légumes et tofu	Tartes fines courgettes et féta
Plat Pasta		Pennes au fenouil, miel et origan	Spaghetti aux champignons et pancetta	Gnocchi au poulet et courgettes	Lasagnes au saumon
Hypoallergique		Bœuf surprise	Hachis de bœuf	Boulette d'orient	Parmentier de dinde
Féculents		Riz 3 mélanges Penne Pommes de terre au four	Pommes de terre au paprika Spaghetti Polenta	Blé Gnocchi Penne	Avec le plat Riz Spaetzle
Légumes		Choux blanc Champignons tomatisés Gratin de cèleri	Brocolis Haricots beurre Tombée de poireaux	Aubergines, courgettes et tomates poêlées Mange tout Flan de carotte	Salade verte Salsifis Épinards à la crème
Desserts		Milk shake Fruit exotique Fromage blanc à la rhubarbe Pêche melba Opéra maison	Pasteque Fromage blanc aux copeaux de chocolat Crème brûlée au thym Cerise griotte au crumble et crème caramel	Iles flottantes Fromage blanc au spéculoos Brochette melon/pasteque Tarte tatin	Abricot Fromage blanc aux fruit rouge Paris-brest Œufs à la neige aux chocolat

Composition des repas

L'équilibre alimentaire et les apports nécessaires à vos enfants sont assurés chaque jour tout au long de la journée (collations, repas, goûters) par la planification de tous les aliments bons pour leur croissance (légumes, fruits, produits laitiers etc.)

À l'école : (cellules grisées)

Maternelle : plat et dessert
Primaire : plat et dessert

À l'EP : (cellules grisées)

Garderie : potage/entrée, plat et dessert
Centre d'études et de loisirs : plat et dessert

Pour les élèves du secondaire

Entrée ou potage - plat - dessert ou fruits ou produits laitiers au choix sous forme de self-service

Bon à savoir ! Chaque semaine les menus sont affichés dans tous les restaurants.