






Menu du SELF
Thực đơn của lớp trung học

du 29 avril et du 02 au 03 mai 2024
từ 29 T4 voi 02 Đến 03 Tháng 05



Sem / Tuần S 20	LUNDI THỨ HAI	MARDI THỨ BA	MERCREDI THỨ TƯ	JEUDI THỨ NĂM	VENDREDI THỨ SÁU	
Pain Bánh mì	Baguette - Bánh mì baguette	FÉRIÉ	FÉRIÉ	Baguette - Bánh mì baguette	Baguette - Bánh mì baguette	
Entrée - Món khai vị	Salade Xà lách	Salade de tomates au basilic XL cà chua quế tây	NGÀY LỄ	NGÀY LỄ	Salade Andalouse XL Andalu, ớt chg đỏ, khoai tây, cá ngữ	Salade de concombre au yaourt XL dưa leo (cắt lát), sữa chua
	Soupe Súp	Salade de cœur de palmier Gỏi củ hủ dừa chay			Salade de vermicelle Thai XL miến Thai	Salade de poulet au chou Gỏi gà bắp cải
		Soupe de Sauropus au poulet Canh rau ngót nấu thịt gà			Soupe aux algues, tofu Canh rong biển, đậu hủ	Velouté de poireaux Súp kem hành poro
Plat principal - Món chính	Occidental Món tây	Rôti de porc Coquillettes  Heo rô ti Núi ống "con tôm"			Poulet grillé sauce à l'orange Pdt sautées Gà nướng sốt cam Khoai tây xào	Poisson grillé à la Provençale Riz à la tomate Phi lê cá cà chua kiểu Provençale Cơm cà chua
	Légume Rau củ	Petits-pois, carottes Đậu hoà lan, cà rốt			Courgette Bí ngòi	Broccoli Bông cải xanh
	Asiatique Món á	Omelette Vietnamienne Riz à la vapeur Trứng chiên chay kiểu Vietnam Cơm trắng			Sauté de porc sauce aigre-douce Riz à la vapeur  Heo xào sốt chua ngọt Cơm trắng	PHO soupe Vietnamienne au bœuf  Phở bò
	Végétarien Món chay	Mijoté de champignons, tofu sauce soja Nấm rơm, đậu hủ và rau củ kho nước tương			Sauté de nouilles aux légumes et tofu Mì xào rau củ và đậu hủ	Spaghetti à la sauce tomate Mì Ý chay
Produit Laitier Thực phẩm từ sữa	Flan Bánh Flan			Yaourt Sữa chua	Fromage Phô mai	
Dessert Tráng miệng	Fruit Trái cây			Fruit Trái cây	Fruit Trái cây	

Note : les ingrédients de ce menu peuvent changer ou être indisponibles à certains moments.


Lưu ý : các thành phần trong thực đơn này có thể thay đổi hoặc không có sẵn vào một số thời điểm nhất định.



Menu du Primaire "Maternelle & Élémentaire"
Mẫu Giáo & Tiểu Học

du 29 avril et du 02 au 03 mai 2024
từ 29 T4 voi 02 Đến 03 Tháng 05



Sem / Tuần S 20	LUNDI THỨ HAI	MARDI THỨ BA	MERCREDI THỨ TƯ	JEUDI THỨ NĂM	VENDREDI THỨ SÁU	
Pain Bánh mì	Baguette - Bánh mì baguette	FÉRIÉ	FÉRIÉ	Pain - Bánh mì	Baguette - Bánh mì baguette	
Entrée - Khai vị	MATERNELLE mẫu giáo	Soupe de Saupous au poulet Canh rau ngót nấu thịt gà	NGÀY LỄ	NGÀY LỄ	Soupe aux algues, tofu Canh rong biển, đậu hủ	Velouté de poireaux Súp kem hành poro
	ELEMENTAIRE Tiểu học	Soupe de Saupous au poulet Canh rau ngót nấu thịt gà			Soupe aux algues, tofu Canh rong biển, đậu hủ	Velouté de poireaux Súp kem hành poro
Plat principal Món chính	Omelette Vietnamienne Riz à la vapeur Trứng chiên chay kiểu Vietnam Cơm trắng			Sauté de porc sauce aigre-douce Riz à la vapeur Sauté de porc sauce aigre-douce Cơm trắng	PHO soupe Vietnamienne au bœuf Phở bò  Maternelle : Poisson et Riz Mam non : Ca voi com	
	Légume Rau củ	Petits-pois, carottes Đậu hoà lan, cà rốt			Courgette Bí ngòi	Broccoli Bông cải xanh
Produit Laitier Thực phẩm từ sữa	Flan Bánh Flan			Yaourt Sữa chua	Fromage Phô mai	
Dessert Tráng miệng	Fruit Trái cây			Fruit Trái cây	Fruit Trái cây	

Note : les ingrédients de ce menu peuvent changer ou être indisponibles à certains moments.

Lưu ý : các thành phần trong thực đơn này có thể thay đổi hoặc không có sẵn vào một số thời điểm nhất định.






CAFETERIA - KIOSK

MENU d'Avril / Mai 2024



DU LUNDI AU VENDREDI - TŨ THỨ HAI ĐẾN THỨ SAU

BAGUETTE BÁNH MỠ SW	Sandwich Jambon Beurre Jambon, beurre <i>Bánh SW jambon voi bo</i>	Poulet mayonnaise Salade, poulet, tomate, mayonnaise <i>Bánh SW gà mayo, XL, cà chua</i>	Le Londonien Salade, rôti porc, moutarde, fromage, tomate <i>London : thịt heo nướng, mùtạt, phômai, cà chua</i>	SPECIAL en FONCTION des jours (voir tableau du jour)	
PANINI BÁNH MỠ NƯỚNG KẸP	Panini Louisville Salade, poulet, fromage, tomate <i>Mỹ Kentucky : XL, gà, phômai, cà chua</i>	Panini jambon & légumes Jambon, fromage, aubergine, courgette, tomate, pesto <i>Giambon Rau : giảm bông, phô mai, cà tim, bí ngòi, cà chua, sốt pesto</i>	Caprese Veggie  Tomate, fromage, échalotte, pesto sauce <i>Caprese : Cà chua, phô mai, hành tim, sốt pesto</i>		
	Chorizo XL, Chorizo, fromage, tomate, huile olive <i>Chorizo : xúc xích, phômai, cà chua, dầu ô liu</i>	Panini Dublin Poisson pané, fromage, tomate, mayo <i>Allen : Cá xù, phômai, cà chua, mayo</i>	Panini Curry Poulet, sauce curry, tomate, fromage <i>Cary : Gà, sốt cà ri, cà chua, phô mai</i>		
LES SALADES XÀ LÁCH	Salade Méli Tom (crevettes) Crevettes, pomelo, betterave, croutons, noix de cajoux, tomate, fromage <i>Méli Tom : tôm, bưởi, củ dền, bánh mì nướng, hạt điều, cà chua bi, phô mai</i>	Jamaïcain au poulet Poulet, avocat, bacon, tomate, fromage <i>Jerk : Gà, bơ, thịt xông khói, cà chua, phô mai</i>	Buddha Véggie  Riz, lotus, tofu, patate douce, avocat, mangue, édamamés, oignons frits <i>Buddha chay : Cơm trắng và gạo lứt, hạt sen, đậu hũ, khoai lang, bơ, xoài, đậu Nhật, hành phi</i>		ĐẶC BIỆT Tùy từng ngày (xem bảng đen)
AUTRES PLATS SALÉS BÁNH MẶN	Quiche Lorraine Lardon, champignon, fromage <i>Quich Loren : Thịt ba rọi, nấm, phômai, kem</i>	Galette de riz "Banh Cuon" Galette riz, porc haché, champignon, soja <i>Banh cuong, thịt heo xay, nấm, giá</i>	Nachos & Hash Brown  Chips, légumes, Pdt rissolées <i>Nachos & Khoai tây chiên miếng</i>		