



Menu du SELF

Thực đơn của lớp trung học

du 06 au 10 avril 2026
từ 06 Đến 10 Tháng 4



Sem / Tuần	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDEDI	
S 21	THỨ HAI	THỨ BA	THỨ TƯ	THỨ NĂM	THỨ SÁU	
Pain Bánh mì	Baguette - Bánh mì baguette	Pain - Bánh mì	Baguette - Bánh mì baguette	Pain - Bánh mì	Baguette - Bánh mì baguette	
Entrée - Món khai vị	Salade Xà lách	Salade de vermicelles au poulet XL miến gà	Salade de papaye aux oignons Gỏi đu đủ chay hành phi	Salade de cœur de palmier Gỏi củ hủ dừa chay	Salade verte, tomates Xà lách xanh trộn cà chua	Salade de vermicelle Thai XL miến Thai
		Salade de betterave XL củ dền	Carottes râpées XL cà rốt	Salade fraîcheur Xà lách cà chua, bắp, hành "Paris"	Tartine Normande Bánh mì nướng Normande	Salade de tomates XL cà chua (cắt lát)
	Soupe Soup	Soupe aux légumes Canh rau củ	Soupe à l'oignon, croutons Soup hành tây bánh mì crouton	Soupe de chayote, carottes au poulet Canh su su, cà rốt nấu thịt gà băm	Velouté de poireaux, Pdt Soup kem hành poro, khoai tây	Soupe de cressons et viande hachée Canh xà lách xoong nấu thịt băm
Plat principal - Món chính	Occidental Món tây	Poisson au four à l'italienne Coquillettes Cá đút lò kiểu Ý Nui ống "con tôm"	Poulet braisé Cacciatore Pdt vapeur aux herbes et lardons Gà hầm kiểu Y Cacciato Khoai tây hấp với rau thơm và thịt xông khói	Tortilla aux champignons Fusilli Trứng chiên, khoai tây, nấm Tortia Nui xoắn	Poulet grillé sauce champignon Riz à la vapeur Gà nướng sốt nấm Cơm trắng	Boulettes de porc sauce tomate Pâtes Heo viên sốt cà chua Mì Ý
	Légume Rau củ	Courge verte Bí xanh	Légumes Salsa Rau củ trộn Salsa	Haricot vert Đậu cove	Légumes potée Rau củ trộn luộc : Bắp cải xanh, cà rốt, hành paron, củ cải, khoai tây	Chayotte Su su
	Asiatique Món á	Sauté de bœuf aux légumes Riz à la vapeur Bò xào thập cẩm Cơm trắng	Fruits de mer sautés sauce aigre-douce Pâtes aux œufs Hải sản xào thập cẩm, sốt chua ngọt Mì trứng	Porc au caramel, œufs de caille Riz à la vapeur Heo kho trứng cút Cơm trắng	Poisson grillé sauce Tamarin Pâtes aux œufs Cá chiên sốt me Mì trứng	Omelette aux herbes Riz sauté à la ciboulette Trứng omelet với rau thơm Cơm chiên ngô
Végétarien Món chay	Riz sauté à la pâte d'Orge Cơm chiên chà chay (ngô, hành tây, cải thìa, bắp cải trắng, susu)	Sauté de nouilles style Coréen Mì xào Hàn Quốc	Pâte Veggie aux poivres Chả chay kho tiêu	Riz Thaïlandais aux légumes Cơm chiên Thai (hành tây, cà rốt, trứng, gừng, he, đậu phông, chanh, dầu mè)	Mijoté de tofu à la coco Đậu hủ khìa nước dừa	
Produit Laitier Thực phẩm từ sữa	Fromage Phô mai	Yaourt Sữa chua	Fromage Phô mai	Pommes rôties Táo nướng bơ, đường	Yaourt Sữa chua	
Dessert Tráng miệng	Fruit Trái cây	Fruit Trái cây	Salade de fruits Xà lách trái cây	Fruit Trái cây	Compote de fruits Mứt trái cây	

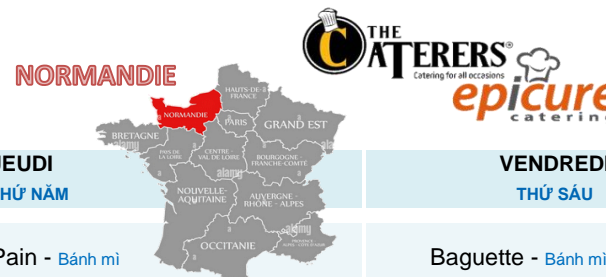
Note : les ingrédients de ce menu peuvent changer ou être indisponibles à certains moments.

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 06 au 10 avril 2026
từ 06 Đến 10 Tháng 4



Sem / Tuần S 21	LUNDI THỨ HAI	MARDI THỨ BA	MERCREDI THỨ TƯ	JEUDI THỨ NĂM	VENREDI THỨ SÁU	
Pain Bánh mì	Baguette - Bánh mì baguette	Pain - Bánh mì	Baguette - Bánh mì baguette	Pain - Bánh mì	Baguette - Bánh mì baguette	
Entrée - Khai vị	MATERNELLE mẫu giáo	Soupe aux légumes Canh rau củ	Soupe à l'oignon, croutons Súp hành tây bánh mì crouton	Soupe de chayote, carottes au poulet Canh su su, cà rốt nấu thịt gà băm	Soupe de légumes, pâtes Súp rau củ với nui sao	Soupe de légumes, pâtes Súp rau củ với nui sao
	ELEMENTAIRE Tiểu học	Soupe aux légumes Canh rau củ	Soupe à l'oignon, croutons Súp hành tây bánh mì crouton	Soupe de chayote, carottes au poulet Canh su su, cà rốt nấu thịt gà băm	Soupe de légumes, pâtes Súp rau củ với nui sao	Soupe de légumes, pâtes Súp rau củ với nui sao
Plat principal Món chính	Sauté de bœuf aux légumes Riz à la vapeur Bò xào thập cẩm Cơm trắng	Poulet braisé Cacciatore Pdt vapeur aux herbes et lardons Gà hầm kiểu Y Cacciato Khoai tây hấp với rau thơm và thịt xông khói	Porc au caramel, œufs de caille Riz à la vapeur Heo kho trứng cút Cơm trắng	Poulet grillé sauce champignon Riz à la vapeur Gà nướng sốt nấm Cơm trắng	Boulettes de porc sauce tomate Pâtes Heo viên sốt cà chua Mì Ý	
Légume Rau củ	Courge verte Bí xanh	Légumes Salsa Rau củ trộn Salsa	Haricot vert Đậu cove	Légumes potée Rau củ trộn luộc : Bắp cải xanh, cà rốt, hành paro, củ cải, khoai tây	Chayotte Su su	
Produit Laitier Thực phẩm từ sữa	Fromage Phô mai	Yaourt Sữa chua	Fromage Phô mai	Pommes rôties Táo nướng bơ, đường	Yaourt Sữa chua	
Dessert Tráng miệng	Fruit Trái cây	Fruit Trái cây	Salade de fruits Xà lách trái cây	Fruit Trái cây	Compote de fruits Mứt 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 du 06 au 17 Avril 2026



DU LUNDI AU VENDREDI - TU' THỨ HAI ĐẾN THỨ SAU

BAGUETTE BÁNH MỠ SW	Sandwich Jambon Beurre Jambon, beurre <i>Bánh SW jambon voi bo</i>	Thon mayonnaise Salade, thon, œuf, tomate, mayonnaise <i>Tuna : XL, cá ngừ, trứng luộc, cà chua, mayo</i>	Banh Mi VN au porc grillé Porc grillé, concombre, carotte, persil, sauce poisson <i>Bánh mì thịt nướng : Thịt heo, dưa leo, cà rốt, ngô tây, nước mắm</i>	<u>Tous les mardis</u> Hamburger <u>Tous les jeudis</u> Lasagne au boeuf
	Panini Louisville Salade, poulet, fromage, tomate <i>Mỹ Kentucky : XL, gà, phô mai, cà chua</i>	Hot Italian Salami, fromage, poivrons rouges, mayo <i>Hot Y : Salami, phô mai, ớt chuông đỏ, mayo</i>	Panini Veggie  Tapenade olive, tomate, salade, graine de tournesol, fromage <i>Veggie : Ô liu đen nghiền, xa lát, cà chua, hạt hướng dương, phô mai</i>	
PANINI BÁNH MỠ NƯỚNG KẸP	Panini Jambon, fromage Jambon, fromage, salade, tomate <i>XL, giảm bóng, phô mai, cà chua</i>	Panini Roma Saucisse, oignon, poivrons, fromage, pesto <i>Roma : Xúc xích, hành tây xào, ớt chuông xanh và vàng hoặc đỏ, phô mai, sốt pesto</i>	Poulet Chipotle Poulet, bacon, fromage, tomate, chipotle mayo <i>Gà Chipot : gà, phô mai, cà chua, chipot mayo</i>	 <u>Thứ 3 hàng tuần</u> Burger <u>Thứ 5 hàng tuần</u> Lasanha bò
	Salade de poulet Kentucky Salade, poulet mariné, tomate, fromage, croutons <i>Gà : XL, gà, cà chua, trung, phô mai, bánh mì nướng crouton</i>	Mezzé Oriental Falafel, betterave, taboulet, carotte, houmous, pain <i>Mezze : Falafel viên, củ dền, taboulé, cà rốt, humus, bánh mì</i>	Bun Magenta Falafel veggie  Salade, nouille de riz à la feuille de Magenta, falafel veggie, concombre, cacahètes, herbes <i>Bún chay lá cẩm, falafel chay, XL, bún, dưa leo, hành phi, bạc hà, giá, đậu phộng</i>	
LES SALADES XÀ LÁCH	Assortiment Cafétéria Sandwiches, panini et autres salés <i>Đĩa phân loại bánh kiosk</i>	Calzone saucisse Pain pizza, saucisse, tomate, fromage... <i>Bánh Calzón xúc xích, phô mai, cà chua...</i>	Rouleaux printemps (2 sortes) Galette riz, nouilles, porc, crevettes et omelette <i>Gỏi cuốn 2 loại (tôm, thịt / trứng)</i>	
AUTRES PLATS SALÉS BÁNH MẶN	En accompagnement avec la tarte salée ⇨ 1 soupe du jour + 1 dessert (fruit ou dessert du jour) Món kèm với bánh tart mặn ⇨ 1 Súp trong ngày + 1 tráng miệng (trái cây hoặc tráng miệng trong ngày)			

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.