

Lycee Albert Camus/ LAC (Collage)

Menu de la Cantine mois d'octobre (du 05/10 au 09/10)

Sunday

Grilled Chicken Fillet / Gravy Sauce
Zucchini in Tomato Sauce
Rice
Tabboula Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Shami Bread / Yogurt
Seasonal Fruit

Monday

Kabab Halah
Egyptian Fettah / She3reya
Grilled Mix Vegetable
Mix Green Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Baladi Bread / Yogurt
Oven Baked Milk Rice

Tuesday

Koshary
Black Eyed Peas in Tomato Sauce
Vermicelli Rice
Tahini, Chickpeas & Baba Ghanough Dips
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Shami Bread / Yogurt
Fruit Salad

Wednesday

Korean BBQ Chicken
Vegetable Noodles
Rice
Teppanyaki Mix Vegetable
Cobb Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Garlic Bread / Yogurt
Rice Pudding

Thursday

Meatballs in Tomato Sauce
Rice
Roasted Veggie Fingers
Mix Green Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Garlic Bread / Yogurt
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Custard

Dimanche

Filet de poulet grillé / Sauce brune
Courgettes à la sauce tomate
Riz
Salade de taboulé
Bar à salades (tomates, concombres et carottes)
Pain Shami / Yaourt
Fruits de saison

Lundi

Kebab Halah
Fettah égyptienne / She3reya
Légumes grillés
Salade verte
Bar à salades (tomates, concombres et carottes)
Pain baladi / Yaourt
Riz au lait cuit au four

Mardi

Koshary
Doliques à œil noir à la sauce tomate
Riz aux vermicelles
Tahini, pois chiches et sauces Baba Ghanough
Bar à salades (tomates, concombres et carottes)
Pain Shami / Yaourt
Salade de fruits

Mercredi

Poulet BBQ coréen
Nouilles aux légumes
Riz
Légumes variés Teppanyaki
Salade Cobb
Bar à salades (tomates, concombres et carottes)
Pain à l'ail / Yaourt
Riz au lait

Jeudi

Boulettes de viande à la sauce tomate
Riz
Doigts de légumes rôtis
Salade verte
Bar à salades (tomate, concombre et carotte)
Pain à l'ail / Yaourt
Bar à salades (tomate, concombre et carotte)
Crème anglaise

COLLEGE

Lycee Albert Camus/ LAC (Collage)

Menu de la Cantine mois de d'octobre (du 12/10 au 16/10)

Sunday

Grilled Beef Kofta
Rice
Potato in Tomato Sauce
Tahini Salad/ Onion Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Baladi Bread / Yogurt
Fruit Salad

Monday

Chicken & Vegetable Stroganoff
Rice
Roasted Zucchini
Fattoush
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Garlic Bread / Yogurt
Choco Custard

Tuesday

Pizza Margarita
Pasta Tomato Sauce
Roasted Vegetable
Italian Pasta Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Bruschetta Bread
Seasonal Fruit

Wednesday

Beef Burger with Lettuce
Roasted Potato Wedges
Caramelized Onion
Pasta Marinara
Coleslaw Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Garlic Bread / Yogurt
Milk Rice

Thursday

Chicken Fillet / Sandwich
Molokheya
Rice
Roasted Potato Wedges
Fattoush Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Baladi Bread
Mehalabeya

Dimanche

Kofta de bœuf grillé
Riz
Pommes de terre à la sauce tomate
Salade de tahini / Salade d'oignons
Bar à salades (tomates, concombres et carottes)
Pain baladi / Yaourt
Salade de fruits

Lundi

Poulet et légumes Stroganoff
Riz
Courgettes rôties
Fattoush
Bar à salades (tomates, concombres et carottes)
Pain à l'ail / Yaourt
Crème anglaise au chocolat

Mardi

Pizza Margarita
Pâtes sauce tomate
Légumes rôtis
Salade de pâtes italienne
Bar à salades (tomates, concombres et carottes)
Pain bruschetta
Fruits de saison

Mercredi

Burger de bœuf avec laitue
Quartiers de pommes de terre rôtis
Oignons caramélisés
Pâtes marinara
Salade de chou
Bar à salades (tomates, concombres et carottes)
Pain à l'ail / Yaourt
Riz au lait

Jeudi

Filet De Poulet / Sandwich
Molokheïa
Riz
Quartiers de pommes de terre rôties
Salade Fattouche
Bar à Salade (Tomate, Concombre & Carotte)
Pain Baladi
Mehalabeya

ELEMENTAIRE

Lycee Albert Camus/ LAC (Elementery)

Menu de la Cantine mois d'octobre (du 05/10 au 09/10)

Sunday

Grilled Chicken Fillet / Gravy Sauce
Zucchini in Tomato Sauce
Rice
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Yogurt
Seasonal Fruit

Monday

Kabab Halah
Egyptian Fettah / She3reya
Grilled Mix Vegetable
Mix Green Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Yogurt
Fruit Salad

Tuesday

Koshary (separated)
Peas & Carrots in Tomato Sauce
Tahini, Chickpeas & Baba Ghanough Dips
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Seasonal Fruit

Wednesday

Grilled Chicken Fillet
Rice
Vegetable in tomato sauce
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Yogurt
Fruit Salad

Thursday

Meatballs in Tomato Sauce
Rice
Roasted Veggie Fingers
Mix Green Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Yogurt
Seasonal Fruit

Dimanche

Filet de poulet grillé / Sauce brune
Courgettes à la sauce tomate
Riz
Bar à salades (tomates, concombres et carottes)
Yaourt
Fruits de saison

Lundi

Kebab Halah
Fettah égyptienne / She3reya
Légumes grillés
Salade verte
Bar à salades (tomates, concombres et carottes)
Yaourt
Salade de fruits

Mardi

Koshary (séparé)
Petits pois et carottes à la sauce tomate
Trempelettes au tahini, pois chiches et baba ghanough
Bar à Salade (Tomate, Concombre & Carotte)
Fruits de saison

Mercredi

Filet de poulet grillé
Riz
Légumes à la sauce tomate
Bar à salades (tomates, concombres et carottes)
Yaourt
Salade de fruits

Jeudi

Boulettes de viande à la sauce tomate
Riz
Doigts de légumes rôtis
Salade verte
Bar à salades (tomate, concombre et carotte)
Yaourt
Fruits de saison

Lycee Albert Camus/ LAC (Elementery)

Menu de la Cantine mois de d'octobre (du 12/10 au 16/10)

Sunday

Grilled Beef Kofta
Rice
Potato in Tomato Sauce
Tahini Salad/ Onion Salad/Yogurt
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Fruit Salad

Monday

Chicken & Vegetable Stroganoff
Rice
Roasted Zucchini
Fattoush
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Yogurt
Seasonal Fruit

Tuesday

Pizza Margarita
Roasted Vegetable
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Yogurt
Fruit Salad

Wednesday

Beef Burger with Lettuce Sandwiches
Roasted Potato Wedges
Caramelized Onion
Coleslaw Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Seasonal Fruit

Thursday

Chicken Fillet
Molokheya
Rice
Fattoush Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Yogurt
Fruit Salad

Dimanche

Kofta de bœuf grillé
Riz
Pommes de terre à la sauce tomate
Salade de tahini / Salade d'oignons / Yaourt
Bar à salades (tomates, concombres et carottes)
Salade de fruits

Lundi

Poulet et légumes Stroganoff
Riz
Courgettes rôties
Fattoush
Bar à salades (tomates, concombres et carottes)
Yaourt
Fruits de saison

Mardi

Pizza Margarita
Légumes rôtis
Bar à salades (tomates, concombres et carottes)
Yaourt
Salade de fruits

Mercredi

Burger de bœuf avec sandwichs de laitue
Quartiers de pommes de terre rôtis
Oignons caramélisés
Salade de chou
Bar à salades (tomates, concombres et carottes)
Fruits de saison

Jeudi

Filet De Poulet
Molokheïa
Riz
Salade Fattouche
Bar à Salade (Tomate, Concombre & Carotte)
Yaourt
Salade de fruits

MATERNELLE



Menu de la Cantine mois d'octobre (du 05/10 au 09/10)

Sunday

Grilled Chicken
Peas & Carrots in Tomato Sauce
Rice
Cucumber & Carrots & Beetroot
Seasonal Fruit

Monday

Beef Burger
Roasted Potato Wedges
Grilled Carrot & Zucchini Fingers
Cucumber & Carrots
Fruit Salad

Tuesday

Creamy Sauce
Tomato Sauce
Pasta
Cucumber & Carrots & Sweet Corn
Seasonal Fruit

Wednesday

Grilled Kofta
Green Beans in Tomato Sauce
Rice
Cucumber & Carrots
Fruit Salad

Thursday

Molokheya
Chicken Fillet
Vermicelli Rice
Cucumber & Carrots
Seasonal Fruit

Dimanche

Poulet grillé
Petits pois et carottes à la sauce tomate
Riz
Concombre, carottes et betterave
Fruits de saison

Lundi

Burger de bœuf
Quartiers de pommes de terre rôtis
Doigts de carottes et courgettes grillés
Concombre et carottes
Salade de fruits

Mardi

Sauce crémeuse
Sauce tomate
Pâtes
Concombre, carottes et maïs
Fruits de saison

Mercredi

Kofta grillé
Haricots verts à la sauce tomate
Riz
Concombre et carottes
Salade de fruits

Jeudi

Molokheya
Filet de poulet
Riz aux vermicelles
Concombre et carottes
Fruits de saison

Bon Appétit!



Menu de la Cantine mois de d'octobre (du 12/10 au 16/10)

Sunday

Beef Kabab Halah
Lima beans in Tomato Sauce
Rice
Cucumber & Carrots
Fruit Salad

Monday

Pizza Margarita

Cucumber & Carrots
Seasonal Fruit

Tuesday

Creamy Sauce
Tomato Sauce
Pasta
Cucumber & Carrots & Sweet Corn
Fruit Salad

Wednesday

Grilled Chicken
Peas & Carrots in Tomato Sauce
Vermicelli Rice
Cucumber & Carrots
Seasonal Fruit

Thursday

Molokheya
Chicken Fillet
Vermicelli Rice
Cucumber & Carrots
Fruit Salad

Dimanche

Kebab de bœuf Halah
Haricots de Lima à la sauce tomate
Riz
Concombre et carottes
Salade de fruits

Lundi

Pizza Margarita

Concombre et carottes
Fruits de saison

Mardi

Sauce crémeuse
Sauce tomate
Pâtes
Concombre, carottes et maïs
Salade de fruits

Mercredi

Poulet grillé
Petits pois et carottes à la sauce tomate
Riz aux vermicelles
Concombre et carottes
Fruits de saison

Jeudi

Molokheya
Filet de poulet
Riz aux vermicelles
Concombre et carottes
Salade de fruits

Bon Appétit!