

Menu de la Cantine mois de Septembre (du 03/09 au 07/09)

Sunday

Chicken Fillet / Onion Gravy
Mac & Cheese
Rice
Mix Vegetable in Tomato Sauce
Mix Green Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Shami Bread / Yogurt
Seasonal Fruit

Monday

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

Tuesday

Pizza Margarita
Pasta
Creamy Sauce
Roasted Green Beans
Carrot Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Shami Bread / Yogurt
Seasonal Fruit

Wednesday

Sweet & Sour Chicken
Vegetable Noodles
Rice
Grilled Mix Vegetable
Beetroot Salad (Fattoush)
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Garlic Bread / Yogurt
Jelly

Thursday

Molokheya
Chicken Fillet
Rice
Roasted Mix Vegetable
Tabboula Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Shami Bread
Seasonal Fruit / Yogurt

Dimanche

Filets de Poulet / Sauce à l'oignon
Macaronis au fromage
Riz
Mélange de légumes à la sauce tomate
Salade verte composée
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Pain Shami / Yaourt
Fruits de saison

Lundi

Burger de boeuf
Quartiers de pommes de terre rôties
Oignon caramélisé
Pâtes Marinara
Salade de chou
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Pain à l'ail / Yaourt
Riz au lait

Mardi

Pizza Margarita
Pâtes
Sauce crèmeuse
Haricots verts rôtis
Salade de carottes
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Pain Shami / Yaourt
Fruits de saison

Mercredi

Poulet aigre et doux
Nouilles aux légumes
Riz
Mélange de légumes grillé
Salade de betterave (salade de fatouche)
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Pain à l'ail / Yaourt
gelée

Jeudi

Molokheya
Filets de Poulet
Riz
Mélange de légumes rôtis
Salade de taboulé
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Pain Shami
Fruits de saison / Yaourt

Menu de la Cantine mois de Septembre (du 10/09 au 14/09)

Sunday

Kabab Halah
Egyptian Fettah
She3reya
Sauteed Mix Vegetable
Tomato Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Shami Bread / Yogurt
Seasonal Fruit

Monday

Grilled Beef Kofta
Rice
Spinach Beshamel
Peas & Carrots in Tomato Sauce
Mix Green Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Garlic Bread / Yogurt
Milk Rice

Tuesday

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

Wednesday

Chicken Panee / Onion Gravy
Rice
Mash Potato
Mix Vegetable in Tomato Sauce
Cucumber Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Garlic Bread / Yogurt
Custard

Thursday

Fish Fingers / Tartare Sauce
Roasted Potato Wedges
Grilled Chicken Fillet
Pasta Tomato Sauce
Fattoush Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Shami Bread
Seasonal Fruit / Yogurt

Dimanche

Kabab Halla
Fettah Egyptienne
Vermicelles
Mélange de légumes sautés
Salade de tomate
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Pain Shami / Yaourt
Fruits de saison

Lundi

Kofta de boeuf grillé
Riz
Béchamel aux épinards
Petits pois, carottes à la sauce tomate
Salade verte composée
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Pain à l'ail / Yaourt
Riz au lait

Mardi

Koshary
Haricot à œil noir à la sauce tomate
Riz vemicelle
Salade de pomme de terre
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Pain Shami / Yaourt
Humus, Tahini & Baba Ghanough
Fruits de saison

Mercredi

Panné de Poulet / Sauce à l'oignon
Riz
Purée
Mélange de légumes sautés
Salade de concombre
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Pain à l'ail / Yaourt
Crème

Jeudi

Bâtonnets de poisson/ Sauce tartare
Quartiers de pommes de terre rôties
Filets de Poulet grillé
Pâtes à la sauce tomate
salade de fatouche
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Pain Shami
Fruits de saison / Yaourt

Menu de la Cantine mois de Septembre (du 17/09 au 21/09)

Sunday

Baked Chicken Drumsticks with Potato
Rice
Lesan Asfour
Grilled Veggie Fingers
Mix Green Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Shami Bread / Yogurt
Seasonal Fruit

Monday

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

Tuesday

Pasta Marinara with Vegetable
Spaghetti Alfredo with Spinach
Eggplant Salad
Italian Tomato Salad
Carrot Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Shami Bread / Yogurt
Seasonal Fruit

Wednesday

Korean BBQ Chicken
Vegetable Noodles
Rice
Mix Veg in Tomato Sauce
Beetroot Salad (Fattoush)
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Garlic Bread / Yogurt
Jelly

Thursday

Molokheya
Chicken Fillet
Rice
Roasted Mix Vegetable
Tabboula Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Shami Bread
Seasonal Fruit / Yogurt

Dimanche

Pilons de poulet au four avec du pomme de terre
Riz
Lesan Asfour
Croquettes végetariens grillés
Salade verte composée
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Shami Bread / Yogurt
Fruits de saison

Lundi

Burger du poulet
Quartiers de pommes de terre rôties
Oignon caramélisé
Pâtes Marinara
Salade de chou
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Pain à l'ail / Yaourt
Riz au lait

Mardi

Pâtes Marinara aux légumes
Spaghetti Alfredo aux épinards
Salade d'aubergines
Salade de tomates Italienne
Salade de carottes
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Shami Bread / Yogurt
Fruits de saison

Mercredi

Poulet barbecue Coréen
Nouilles aux légumes
Riz
Mélange de légumes à la sauce tomate
Salade de betteraves (fattouche)
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Pain Shami / Yaourt
gelée

Jeudi

Molokheya
Filets de Poulet
Riz
Mélange de légumes rôtis
Salade de taboulé
Tomates, concombres & carottes
Pain Shami
Fruits de saison / Yaourt

Menu de la Cantine mois de Septembre (du 24/09 au 28/09)

Sunday

Beef Stroganoff
Rice
She3reya
Grilled Mix Vegetable
Tuna Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Shami Bread / Yogurt
Seasonal Fruit

Monday

BBQ Chicken Wings
Rice
Lima Beans In Tomato Sauce
Mix Mahshi (Green Pepper, Zucchini)
Mix Green Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Garlic Bread / Yogurt
Milk Rice

Tuesday

Green Beans in Tomato Sauce
Vermicelli Rice
Vegetable Noodles
Mixed Green Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Hummus, Tahini & Baba Ghanough Dips
Shami Bread / Yogurt
Seasonal Fruit

Wednesday

Meatballs / Tomato Sauce
Rice
Mash Potato
Sauteed Mix Vegetable
Cucumber Salad
Salad Bar (Tomato, Cucumber & Carrot)
Garlic Bread / Yogurt
Custard

Dimanche

Boeuf stroganoff
Riz
vermicelles
Mélange de légumes grillés
Salade de thon
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Pain Shami/Yaourt
Fruits de saison

Lundi

Ailes de poulet barbecue
Riz
Haricots de Lima à la sauce tomate
Facri Mixte (Courgette & Poivron Vert)
Salade verte composée
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Pain à l'ail / Yaourt
Riz au lait

Mardi

Haricots verts à la sauce tomate
Riz vemicelle
Nouilles aux légumes
Salade verte composée
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Hummus, Tahini & Baba Ghanough
Pain Shami/Yaourt
Fruits de saison

Mercredi

Boulettes de viande à la sauce tomate
Riz
Purée
Mélange de légumes sautés
Salade de concombre
Buffet de salades (Tomates, concombres & carottes)
Pain à l'ail / Yaourt
Crème

Bon Appétit!