

Septembr
e
26

Tzatziki

Restaurant scolaire de Plozévet

Lundi 31

Mardi 1

Mercredi 2

Jeudi 3

Vendredi 4

*Melon bio
Saucisse LR
Couscous bio
Yaourt bio*

*Betteraves bio et
dés
de gouda
Rôti de bœufs bio
Petit épeautre bio
Fruits bio*

*Salamis
Omelette bio
Petits pois carottes
bio
Glace*

*Tomates mozza
Poisson du jour
Riz et sarrasin bio
Fruits bio*

Lundi 7

Mardi 8

Mercredi 9

Jeudi 10

Vendredi 11

*Tzatziki
Steak haché bio
Pâte fraîche bio
Fruits bio*

*Pastèque bio
Rôti de veau
Poêlée estivale
Panna cota vanille*

*Maïs bio et
dés d'emmental
Jambon braisé
Lentilles bio
Fruits bio*

*Salade mexicaine
Poisson du jour
Purée d'aubergine
Tarte à l'abricot*

*Carottes râpées
Biryaní VG
Yaourt bio*

Lundi 14

Mardi 15

Mercredi 16

Jeudi 17

Vendredi 18

*Melon bio
Blanquette de
Coco VG
Yaourt bio*

*Tomates mozza
Poisson du jour
Boulgour bio
Poire Belle-Hélène*

*Macédoine
Sauté de volaille
LR
Blé mondé bio
Fruits bio*

*Betteraves bio
Rougail Saucisses
Macaron vanille*

*Radis râpés
Kid Ha Farz VG
Fromage blanc bio*

Lundi 21

Mardi 22

Mercredi 23

Jeudi 24

Vendredi 25

*Rillettes
Curry VG
Yaourt bio*

*Salade Suisse
Tortilla de
pomme de terre
Petits pois et
Carottes bio
Moelleux à la
pêche*

*Carottes râpées
Rôti de veau
Couscous bio
Poivrons
Fromage blanc bio*

*Pastèque bio
Sauté de bœuf bio
Coquillettes bio
Glace*

*Tomate Mozza
Escalope de volaille
LR
Frites
Fruits bio*

Octobre
26

Restaurant scolaire de Plozévet

Lundi 28

Maïs bio
Sauté de volaille
LR
Mélanges 4
céréales bio
Yaourt bio

Mardi 29

Salade Suisse
Paella VG
Fruits bio

Mercredi 30

Radis râpés
Boulettes de bœufs
bio
Boulgour bio
Pana cotta vanille
bio

Jeudi 1

Rosette
Omelette bio
Haricots verts bio
Cookie

Vendredi 2

Céleris rémoulade
Poisson du jour
Orge perlé bio
Yaourt bio

Lundi 5

Tzatziki
Bolognaise bio
Spaghettis bio
Fruits bio

Mardi 6

Pizza
Sauté de veau
Poêlée du marché
Crème aux œufs
bio

Mercredi 7

Velouté de carottes
Poisson du jour
Riz pilaf bio
Fruits bio

Jeudi 8

Grand repas

Vendredi 9

Du pré à l'assiette
Carottes et
pommes râpées
Rôti de porc bio
Lentilles bio
Moelleux aux
chanvres

Lundi 12

Carottes râpées
Lasagne VG
Yaourt bio

Mardi 13

Salade Suisse
Poisson du jour
Riz Cantonais bio
Compote de pomme
bio

Mercredi 14

Velouté de
potimarrons
Escalope de volaille
LR
Couscous bio
Brie

Jeudi 15

Feuilleté de
légumes
Jambon braisé
Poêlée maraîchère
Choux craquelin

Vendredi 16

Maïs bio
Hachis parmentier
VG
Smoothie bowl bio

Menu du 12 au 16 octobre réalisé par les enfants de l'ALSH

"Les menus du restaurant scolaire sont conçus pour allier équilibre nutritionnel et engagement responsable. Nous privilégions les produits locaux, de saison et labellisé. Notre objectif est d'offrir aux enfants une alimentation saine et durable."

Restaurant scolaire de Plozévet

*Produits
De saison*



*Recette
Du
chef*

*Concombre : 1 pièce
Chèvre frais : 200g
Feuilles de menthe : 10
pièces
Citron : 1 pièce
Huile d'olive : 2 cas
Sel Poivre*

Rouleau de concombre au chèvre frais

*Lavez les concombres.
Détaillez de longs rubans à l'aide d'une mandoline.
Mélangez le chèvre frais avec le jus de citron l'huile d'olive
salez
Poivrez et ajoutez la menthe ciselée.
Posez une cuillère de la préparation au chèvre sur une extrémité
du ruban de concombre et enroulez-le.
Répétez l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients.*