

MENUS DU RESTAURANT SCOLAIRE DE POULDREUZIC - Du 5 janvier au 13 février 2026

LUNDI 5 JANVIER	MARDI 6 JANVIER	CENTRE DE LOISIRS	MERCREDI 7 JANVIER	JEUDI 8 JANVIER	VENDREDI 9 JANVIER
Carottes rapées bio 10 au jus d'orange bio	Brocolis bio vinaigrette	Soupe de légumes		Saucisson à l'ail et cornichons 7 12	Rutabaga rapé au miel et au vinaigre de cidre
Curry de légumes bio Riz bio	Lasagnes bio de Plobannalec 1 au bœuf HVE En gratin 7  Yaourts bio	Emincé de porc à l'ananas Quinoa		Omelette bio 3 Sauce tomate Haricots verts bio	Filet de poisson de Loctudy 5 Sauce suprême 1 Pomme de terre rôties
Clémentines IGP		Mousse passion 3		Galette des rois 1 3 7 8	Fromage bio 7 Fruit de saison Bio
LUNDI 12 JANVIER	MARDI 13 JANVIER	MERCREDI 14 JANVIER	MERCREDI 21 JANVIER	JEUDI 15 JANVIER	JANVIER 16 JANVIER
Betteraves bio aux pommes bio 10	Salade de quinoa bio 10 au maïs bio et avocats	Terrine de légumes mayonnaise		Pomelos de Corse	Celeri bio rémoulade 3 9 10
Hachis parmentier 7 Salade verte bio 10	Rôti de dinde Label rouge Gratin de salsifis 1	Quiche Lorraine salade verte		Pâtes bio de Plobannalec aux épinards bio et au Ricotta	Filet de poisson de Loctudy 5 Sauce aux agrumes 1 Riz bio aux petits légumes
Fruit de saison bio	Yaourt bio de la ferme du Verne	Fruit de saison bio		Brownie au chocolat 1 3 7	Crème brûlée 3 7
	Pain bio de Tête Bêche 1				
LUNDI 19 JANVIER	MARDI 20 JANVIER	MERCREDI 21 JANVIER	MERCREDI 28 JANVIER	JEUDI 22 JANVIER	VENDREDI 23 JANVIER
Radis rapés sur toast 1 3 	Houmous de pois cassés & pétale de blé noir	Tapas au thon 1 5		Potage de légumes bio	Salade fraîcheur 10
Tortillas bio 1 Poivrons, olives & pommes de terre	Brandade de poisson Salade verte	Cuisse de poulet Sauce andalouse 1 Haricots verts bio à l'espagnole		Sauté de porc au caramel Riz cantonnais 3 6	Croziflette bio 1 7 Salade verte 10
Fromage blanc bio du Verne 7 & coulis de mangue	Fromage bio 7 Fruit de saison Bio Pain bio de Tête Bêche 1	Carpaccio d'oranges		Amandines aux pêches 1 3 7 8	Crème dessert bio 7
LUNDI 26 JANVIER	MARDI 27 JANVIER	MERCREDI 28 JANVIER	MERCREDI 21 JANVIER	JEUDI 29 JANVIER	VENDREDI 30 JANVIER
Pâté Hénaff sur toast 1 	Velouté de potimarron bio	Cœurs de palmiers		Choux rouge confit aux pommes	Macédoine de légumes 10
Lentilles Bio à la crème 7 Butternut et panais	Haut de cuisse de poulet à la maroquaine 1 Sémoule de couscous bio 1	Gatinhada de porc Purée de patates douces		Goulash de bœuf bio de Gourlizon Petits pois et carottes bio	Filet de poisson de Loctudy 5 Sauce Bigoudène 1 Riz bio au saffron
Fromage bio 7 Fruit de saison bio	Pomme au four et crème 137 Pain bio de Tête Bêche 1	Fromage bio 7 Rocher coco 3		Tarte à l'abricot maison 1 3	Compote de fruits
LUNDI 2 FEVRIER	MARDI 3 FEVRIER	MERCREDI 4 FEVRIER	MERCREDI 21 JANVIER	JEUDI 5 FEVRIER	VENDREDI 6 FEVRIER
Salade de haricots verts à l'espagnole 10	Œuf mayonnaise 10 	Salade Colorado 7 10		Terrine de poisson	Nems au poulet 1 3 6
Sauté de dinde au cidre Boulgour bio 1 aux petits légumes	Pizza végétarienne 1 7 & salade verte	Barbecue ribs Potatoes & salade 10		Paupiette de veau Sauce forestière 1 Poêlée de légumes	Curry de fruits de mer 2 Nouilles chow mein 1 3 6
Yaourt bio 7	Fruit de saison bio	Muffin pomme cannelle 3 7		Biscuit au chocolat poires maison 1 7	Litchies au sirop
LUNDI 9 FEVRIER	MARDI 10 FEVRIER	MERCREDI 11 FEVRIER	MERCREDI 21 JANVIER	JEUDI 12 FEVRIER	VENDREDI 13 FEVRIER
Salade d'endives au bleu 3 10 et pommes	Salade de feta et maïs 7 10	Potage de légumes		Carottes et panais bio rémoulade	Betteraves bio mimosa 3 10
Omelette bio 3 aux oignons confits Petits pois bio	Galette Saucisses Hénaff & salade verte locale	Pâtes bio carbonara 1 7		Filet de poisson pané 5 & citron 1 Blé bio aux petits légumes 1	Langue de bœuf vbf Sauce madère 1 7 Frites
Fromage bio 7 Fruit de saison bio	Beignet aux pommes 1 3 7 Pain bio de Tête Bêche 1	Salade de fruits		Yaourt bio 7	Glace à la vanille bio

Les allergènes

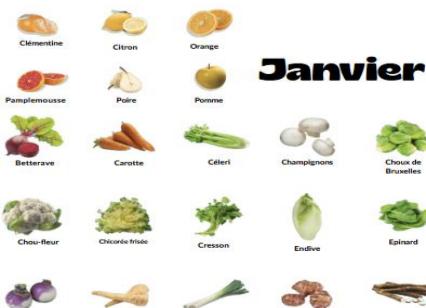
- 1. Gluten
- 2. Crustacés
- 3. Œufs
- 4. Arachides
- 5. Poissons
- 6. Soja
- 7. Lait
- 8. Fruits à coques
- 9. Celeri
- 10. Moutarde
- 11. Sésame
- 12. Sulfites
- 13. Lupin
- 14. Mollusques

La recette du chef
La galette des rois

- Mélanger 250g de beurre pommade + 250 g de sucre + 250 g d'œufs entiers + 10g de farine.
- Disposer l'appareil sur une abaisse ronde de feuilletage préalablement badigeonnée de dorure à l'œuf en laissant 2cm de pâte sans appareil tout autour.
- Disposer la fève
- Recouvrir d'une pâte feuilletée légèrement plus grande.
- Bien chiquer les bords de pâte de façon à ce qu'ils restent soudés.
- Bien dorer l'abaisse du dessus, faire un trou au centre, puis une rosace.
- Cuire à 180° pendant 40 minutes.

Bon appétit !

Les fruits & légumes de saison



Février

