Menus du 19 au 23 octobre

Légende : PRODUIT BIO · PRODUIT RÉGIONAL · CUISINES PAR NOS CHEFS · PRODUIT LABELLISÉ · PRODUIT PÊCHE DURABLE

Lundi 19 octobre	Mardi 20 octobre	Mercredi 21 octobre	Jeudi 22 octobre	Vendredi 23 octobre
Chou fleur CE2 façon cocktail	Taboulé (semoule BIO)	**DÉCOUVERTE DE L'AUVERGNE**	Quiche carotte emmental du chef	**Cap sur l'Italie**
Égrené de boeuf (Boulettes végétales BIO) Sauce façon ladolemono	Beignet de calamars à la romaine (Nuggets de blé) Citron	Salade verte et vinaigrette	Rôti de dinde (Filet de saumon MSC) Sauce façon yassa	Potage céleri et pommes de terre façon Minestrone
Gnocchis sarde	Haricots beurre à l'échalote	Jambon blanc	Petits pois CE2 à l'anglaise	Lasagnes de légumes
Tomme blanche	Bûchette de chèvre	Truffade	Yaourt aromatisé	Fromage blanc et copeaux de chocolat façon stracciatella
Fruit de saison	Flan vanille	Suisse fruité	Fruit de saison	
		Compote pommes BIO myrtilles du chef		

VIENS LIRE TA BD

Nos viandes de bœuf, veau, porc, volaille sont garanties origine France

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.

Ce midi, on vous fait découvrir

L'AUVERGNE



SALADE VERTE ET VINAIGRETTE

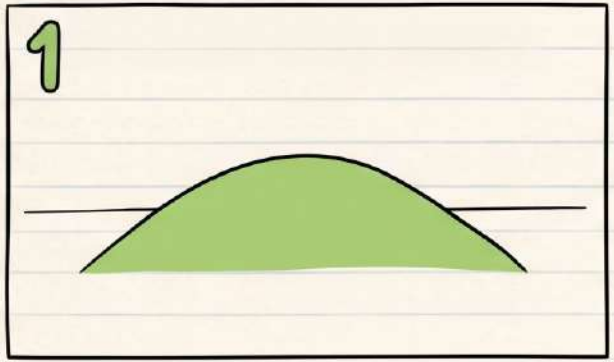
JAMBON BLANC (SAUCISSE VÉGÉTALE)
TRUFFADE

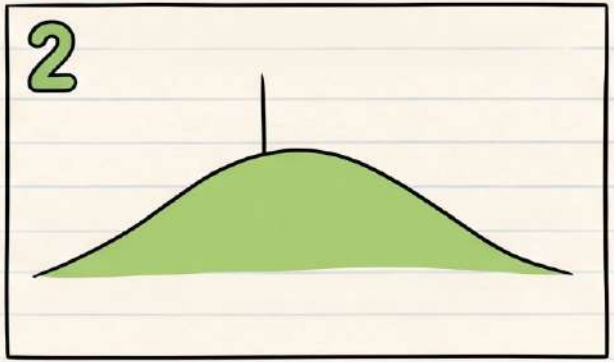
SUISSE FRUITÉ

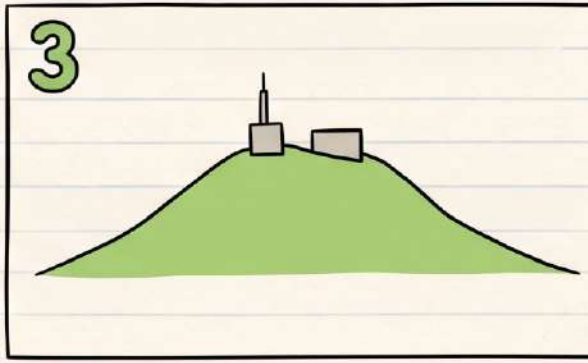
COMPOTE POMMES
BIO MYRTILLES DU CHEF

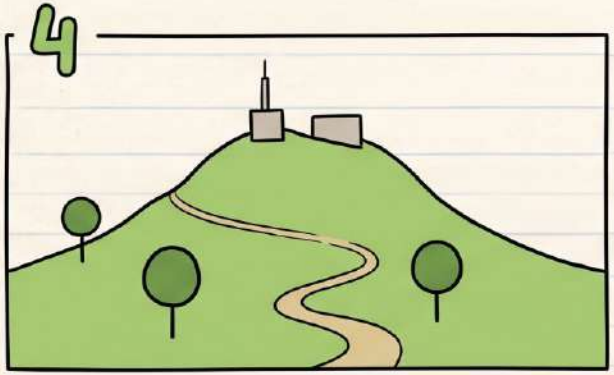
Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.

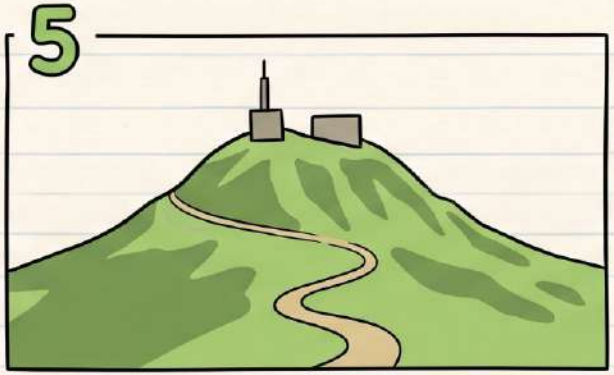
APPRENDS PAS À PAS À DESSINER LE PUY DE DÔME

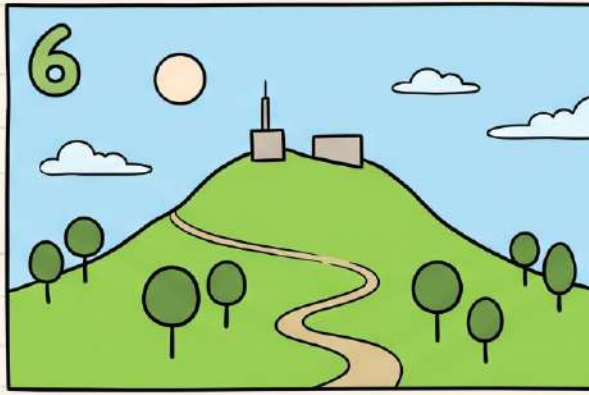












Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.

Ce midi, on vous emmène en

Italie

VENDREDI

23 octobre

Potage céleri
et pommes de terre
façon Minestrone

Lasagnes
de légumes

Fromage blanc
et copeaux de chocolat
façon stracciatella

Une animation proposée par votre restaurant Api

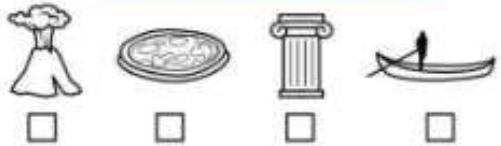
Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000 000,00 € - RCS Lille Métropole : 47[illegible] 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Barœul

Voyage en Italie

ENTOURE TON PLAT ITALIEN PRÉFÉRÉ



COMBIEN EN COMPTES-TU SUR CETTE PAGE ?



RETROUVE L'OMBRE DE LA CATHÉDRALE DE MILAN



AIDE LE GLADIATEUR À TROUVER SON CHEMIN JUSQU'AU COLISÉE



QUEL TYPE DE PÂTE APPARAÎT UNE SEULE FOIS ?





Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10 000 000,00 € - RCS Lille Métropole n°77 95 010 - Siège social : 38 rue du Général de Gaulle - 59770 Marcq-en-Barœul

Menus du 26 au 30 octobre

Légende : PRODUIT BIO · PRODUIT RÉGIONAL · CUISINES PAR NOS CHEFS · PRODUIT LABELLISÉ · PRODUIT PÊCHE DURABLE

Lundi 26 octobre	Mardi 27 octobre	Mercredi 28 octobre	Jeudi 29 octobre	Vendredi 30 octobre
Salade de perles et vinaigrette	Friand viande (Friand au fromage)	**SUPER HÉROS !**	Carottes râpées aux cranberries	**Démoniaque !**
Sauté de dinde (Omelette BIO) Sauce façon churrasco	Rôti de porc LR (Filet de colin MSC) Sauce au cerfeuil	**ELIXIR D'INVISIBILITÉ** (Velouté de courgettes)	Filet de lieu noir MSC (Jambon blanc LR) tomaté au four	**Le sourire de Dracula** (Betteraves BIO et maïs à l'huile d'olive)
Chou fleur CE2 persillé	Salsifis béchamel gratinés	**POUVOIR DU FEU ET GRAINS DE TÉLÉPORTATIONS** (Chili sin carne et Riz BIO pilaf)	Mini penne	**Sarcophage de Momie et sa lave de citrouille** (Paupiette au veau, sauce au jus et purée de pommes de terre et courges) (Poisson pané MSC)
Cantal AOP	Yaourt sucré	**TRIANGLE DE FORCE** (Vache qui rit)	Emmental BIO râpé	**L'oeil du cyclope et le sang de dragon** (Fromage blanc nature et coulis de fruits rouges)
Fruit de saison	Compote pomme BIO ananas du chef	**ATTAQUE VITAMINÉE** (Fruit de saison)	Cake du chef à la noix de coco	

VIENS LIRE TA BD

Nos viandes de bœuf, veau, porc, volaille sont garanties origine France

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.

Ce midi,
on mange comme:

LES SUPER HÉROS

LE MERCREDI
28/10



ELIXIR D'INVISIBILITÉ
(Velouté de courgettes)

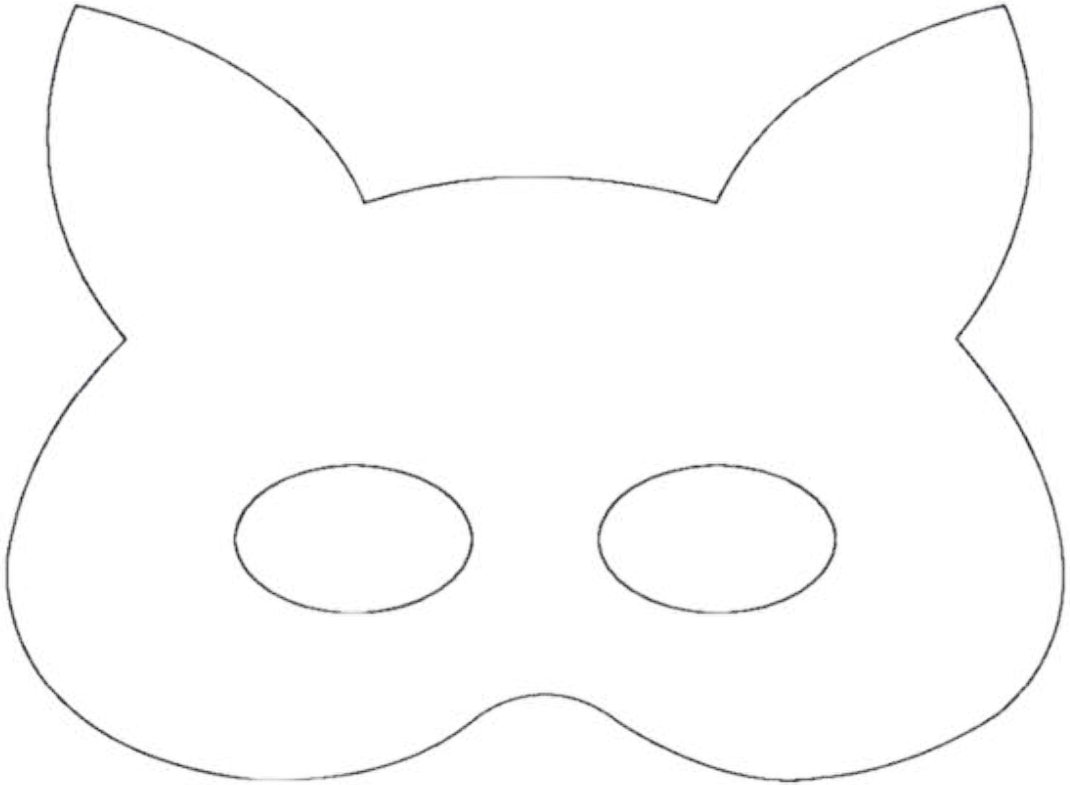
POUVOIR DU FEU ET GRAINS DE TÉLÉPORTATIONS
(Chili sin carne
et Riz BIO pilaf)

TRIANGLE DE FORCE
(Vache qui rit)

ATTAQUE VITAMINÉE
(Fruit de saison)

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Barœul.

DEVIENS UN SUPER HÉROS EN FABRIQUANT TON MASQUE



Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.

VENDREDI
30 octobre

Le sourire de Dracula
(Betteraves BIO et maïs à l'huile d'olive)

Sarcophage de momie et sa lave de citrouille
(Paupiette au veau, sauce au jus
et purée de pommes de terre et courges)
(Poisson pané MSC)

L'oeil du cyclope et le sang de dragon
(Fromage blanc et coulis de fruits rouges)



Aujourd'hui, c'est Démoniaque !

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.

ATELIER : CUISINE TA SOUPE À LA CITROUILLE !

CE DONT TU AS BESOIN :

- Planches à découper et économes
- Couteaux et cuillères à soupe
- Plaque de cuisson et marmite
- Mixeur plongeant

INGRÉDIENTS (POUR 10)

- 1,5 kg de citrouille + 2 carottes
- 3 pommes de terre
- 1 oignon & 1 gousse d'ail
- 30 g de beurre
- 500 ml d'eau
- 3 cuillères de crème fraîche
- Sel, poivre & muscade râpée

LA RECETTE !

1. Épluche et coupe tous les légumes.
2. Fais dorer l'oignon, l'ail et les légumes dans le beurre.
3. Ajoute l'eau et laisse cuire pour que ce soit fondant !
4. Mixe le tout, ajoute la crème et régale-toi !

Api Restauration S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.