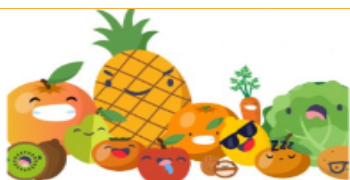


2026



Janvier



LUNDI 5	MARDI 6	MERCREDI 7	JEUDI 8	VENDREDI 9
Carottes rapées Spaghetti bolognese Yaourt	Feuilleté Emincé de volaille Petits pois- carottes Fromage Fruit	Saucisson Petit brun de veau Gnocchi Fromage Fruit	Salade Betterave-Mais Saucisses Lentilles Galette des rois	Salade d'hiver Poisson pâné Galette de légumes Chocolat liégeois
LUNDI 12	MARDI 13	MERCREDI 14	JEUDI 15	VENDREDI 16
Bouillon "aux lettres" Hachis Parmentier Fromage Fruit	Terrine de légumes Blanquette de veau Riz Fromage blanc	Salade libanaise Filet de poisson Ratatouille - Penne Fromage Fruit	Toast chèvre chaud Poulet rôti Polenta - Choux fleur rôti Gâteau aux pommes	Chipolatas Semoule - Haricots verts Fromage Compote
LUNDI 19	MARDI 20	MERCREDI 21	JEUDI 22	VENDREDI 23
Salade composée Carbonnade PDT Fruit	Terrine de campagne Pâtes aux légumes Crème de butternut Yaourt aux fruits	Rillettes de poisson Paupiette de volaille Courge rôtie - Ebly Pêche au sirop	Potage Rôti de porc Haricots blancs - Carottes Petit suisse - caramel	Salade coleslaw Hamburger Frites Fruit
LUNDI 26	MARDI 27	MERCREDI 28	JEUDI 29	VENDREDI 30
Poulet basquaise Coquillettes Fromage Fruit	Betteraves -fêta Tartiflette Salade verte Mousse chocolat	Taboulé Escalope à la normande Flageolets Crème aux oeufs	Nems Nouilles sautées aux crevettes Salade de fruits exotiques	Carottes rapées Filet de poisson Riz Semoule au lait

Légende :

Légumes et fruits crus
Légumes et fruits cuits
Viande, Poisson, Oeuf
Féculents
Produits Laitiers
Repas sans protéine animale

Source de glucides, minéraux, vitamines, fibres
Source de protéines animales, lipides, vitamines, fer
Source de glucides complexes, protéines, vitamines, fibres
Source de protéines, calcium, vitamines
Source de protéines végétales, glucides, fibres

La fabrique à Menu, est là pour vous aider à composer vos repas du dîner :



Bon Appétit!



* Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats

* Des alics d'approvisionnements peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionner



Du pain local tous les jours ICI !

NOS APPROVISIONNEMENTS :

Desserts: yaourts ou fruits sont proposés à chaque repas

Jus de pommes: "Prat Rouz" à Penvenan et "Le pépin voyageur" à Langoat

Fruits : TerreAzur Bretagne, les pommes sont cultivées à Langoat

Légumes: Ferme "St Guénolé" à Trévou-Tréguignec et Ferme "Boiséon" à Penvenan

Pâtes semi-complètes : "Ferme des hautes terres" à Plougrescant

Pain: Boulangeries de Penvenan/ Langoat Pain bio: "Ferme des hautes terres" à Plougrescant

Poisson: TerreAzur Bretagne

Viandes et charcuterie : La viande est d'origine française. "Ferme du Trégor" à Berhet

Volaille : Volaille d'origine bretonne. "Terre et plumes"

Œufs : "Ferme des Œufs Guindy"

à Rospez

Yaourt et crème dessert bio: "Ty Lipous" à Moustéru et "Les Belles Frangines" à Magoar

Avez-vous une suggestion ?



Galette des rois



Ingédients : 6 pers
-2 pâte feuilletée
-75g beurre mou
-100g sucre fin
-140g poudre amande
-2 oeufs
-1 jaune d'oeuf
-1 fève

L'ACTUALITE DU MOIS

Préparation :

1) Placer une pâte feuilletée dans un moule à tarte, piquer la pâte avec une fourchette
Dans un saladier, mélanger la poudre d'amandes, le sucre, les 2 oeufs et le beurre mou.
Placer la pâte obtenue dans le moule à tarte et y cacher la fève.
Faire des dessins sur le couvercle et badigeonner avec le jaune d'oeuf



200 °C



25 min