

MENU DU RESTAURANT SCOLAIRE



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-Maïs Saucisses Lentilles Galettes des rois	Salade d'hiver Poisson pâqué Galettes 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 - Eblly 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 -féta 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

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 Trévoù-Tréguignec et Ferme "Boiséon" à Penvénan

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



Pain: Boulangeries de Penvénan/ Langoat Pain bio: "Ferme des hautes terres" à Plougescant

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"

Oeufs : "Ferme des Coqs Guindy"

à Rospez

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



Avez-vous
une
suggestion ?



Bon Appétit!

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

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



Galette des rois



Ingrediénts : 6 pers
-2 pâtes feuilletées
-75g beurre mou
-100g sucre fin
-140g poudre amande
-2 œufs
-1 jaune d'œuf
-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 œufs 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'œuf

200°C

25 min

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

