



Décembre



MENU DU RESTAURANT SCOLAIRE



LUNDI 1	MARDI 2	MERCREDI 3	JEUDI 4	VENDREDI 5
Betteraves - Maïs Pâtes Bolognaise Yaourt	Pot au feu et ses légumes Fromage Fruit	Taboulé Emincé de dinde au curry Ebly / Courge rôti Tarte aux pommes	Feuilleté fromage Curry de lentilles corail Riz Fromage Crème dessert	Potage Fish and chips Fruit
LUNDI 8	MARDI 9	MERCREDI 10	JEUDI 11	VENDREDI 12
Carottes râpées Petit brun de veau Ratatouille / Semoule Compote	Terrine légumes Poulet rôti Petits pois Fromage blanc	Pique-Nique	Chèvre chaud Filet de poisson Petits légumes / PDT Gâteau	Jus de pomme Galette Saucisse Crêpe
LUNDI 15	MARDI 16	MERCREDI 17	JEUDI 18	VENDREDI 19
Salade d'automne Escalope à la normande Chou-fleur/ Epeautre Yaourt	Potage Saucisse Lentilles Fruit	Salade de riz Rôti de dinde Haricots verts Crème brûlée	Macédoine Pizza d'Hiver Salade verte Poire chocolat	Repas de Noël
VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES



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



Toute l'équipe de Restauration vous souhaite de très belles fêtes de fin d'année!



Légende :

Légumes et fruits crus

Source de glucides, minéraux, vitamines, fibres

Légumes et fruits cuits

Source de protéines animales, lipides, vitamines, fer

Viande, Poisson, Oeuf

Féculents

Produits Laitiers

Source de glucides complexes, protéines, vitamines, fibres

Féculents

Source de protéines, calcium, vitamines

Produits Laitiers

Source de protéines végétales, glucides, fibres

Repas sans protéine animale

Source de protéines végétales, glucides, fibres

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

* Des aléas d'approvisionnements peuvent occasionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés



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 Penvénan

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

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

Poisson: TerreAzur Bretagne

Viandes et charcuterie : La viande est d'origine française. "Charcuterie d'Armor" à Lannion

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

Oeufs : "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 ?



Ingredients :

-250 g de chocolat noir
-4 œufs
-120 g de sucre de canne
-80 g de farine
-40 g de poudre noisette
-250 g de crème liquide
-50 g de beurre

L'ACTUALITE DU MOIS

Préparation :

- 1) Chauffer la crème liquide, la verser en 3 x sur le chocolat, bien mélanger
- 2) Ajouter le beurre en morceaux et mélanger
- 3) Réserver une nuit au réfrigérateur
- 4) Préchauffer le four à 120°C
- 5) Séparer les blancs des jaunes, fouetter les jaunes avec le sucre et monter les blancs en neige ajouter les, ajouter la farine et la poudre noisette, remuer
- 6) Verser la pâte dans un lèche frite, 10 min au four après cuisson sur un torchon humide
- 7) Étaler ganache sur biscuit et le rouler
- 8) Recouvrir le dessus de ganache chocolat et réserver au frais