

Semaine 42 (5é.)



Entrée



Plat principal



Légume Féculent



Produit laitier



Dessert

Lundi

Salade bulgare
Quiche lorraine

Haché de bœuf et son
ingrédient mystère (1)

Pommes paillasson

Camembert

Mousse au chocolat
Fruit

Mardi

Macédoine de légumes

Sauté de poulet au
curry et (2)

Tortis

Crème dessert vanille

Fruit

Mercredi



Jeudi

Crêpe au fromage
Rillettes

Aiguillettes de saumon
à l'ancienne sauce tartare

Carottes
sautées au (4)

Bûchette mi-chèvre
Yaourt pulpé

Fruit

Vendredi

Salade verte au
fromage et aux noix

Jambon grill**

Purée de céleri
à la crème fraîche

Pâtisserie



Cuisiné par le chef



Nouveauté



Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

Nos salades et plats composés (*)

Salade bulgare : Concombre cube, carotte cube, sauce bulgare

Macédoine de légumes : haricot vert, flageolet, petit pois, carotte, navet

Salade verte au fromage et aux noix: salade, emmental, noix, vinaigrette.

Taboulé à la menthe : Semoule de blé, tomate, poivron, citron, oignon, menthe, vgtte



Les groupes
d'aliments :



Fruits et légumes



Viandes, poissons œufs



Matières grasses cachées



Céréales, légumes secs



Produits laitiers



Produits sucrés



La mystérieuse semaine des saveurs: un jour = une saveur à retrouver

- (1) Ses graines fournissent une épice, ses feuilles une herbe aromatique parfois appelées autrement -cilantro, persil arabe, persil mexicain ou persil chinois: la coriandre
- (2) Liquide laiteux préparé à partir de pulpe de noix de coco râpée (fruit du cocotier): lait de coco
- (3) Elle peut s'utiliser en infusion (rafraîchissante l'été et réconfortante l'hiver) et donne toute sa personnalité dans la salade du jour: la menthe
- (4) Répandu sous la forme de petites graines séchées, de couleur brun clair. Provient d'une plante de la famille des ombellifères et connu pour son odeur un peu entêtante et son goût épicé, amer et aromatique: le cumin