



Mars



MENU DU RESTAURANT SCOLAIRE



LUNDI 3	MARDI 4	JEUDI 6	VENDREDI 7
Pizza savoyarde Salade verte Fromage Fruit	Potage Steak de veau Haricots verts Yaourt nature Ty Lipous	Sauté de poulet Pâtes Fromage Compote	Rillettes surprise Poêlée de légumes Riz à la crème Crème dessert Ty Lipous
LUNDI 10	MARDI 11	JEUDI 13	VENDREDI 14
Saucisse Frites Fromage Fruit	Potage Gnocchis farcis Salade verte Brownie crème anglaise	Falafels Steak de veau Petits pois carottes Fromage Salade de fruit	Rillettes Boeuf sauté Nouilles chinoises/légumes Yaourt aux fruits Ty Lipous
LUNDI 17	MARDI 18	JEUDI 20	VENDREDI 21
Feuilleté Lasagnes Fromage Fruit	Salade piémontaise Rôti de porc Semoule Compote	Riz à paëlla Filet de poisson Fromage Eclair au chocolat	Pâté Boulette de boeuf Pâtes Fromage blanc Magoar
LUNDI 24	MARDI 25	JEUDI 27	VENDREDI 28
Porc caramel Frites Fromage Fruit	Salade gourmande Curry de lentilles Riz Fromage blanc gourmand Magoar	Escalope de dinde Boulgour / jardinière Fromage Tarte aux pommes	Coleslaw Langue de boeuf Pâtes Yaourt aux fruits Ty Lipous

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	Source de glucides complexes, protéines, vitamines, fibres
Produits Laitiers	Source de protéines, calcium, vitamines
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 exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés



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. "Charcuterie d'Armor" à Lannion

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 ?



Cake matcha et chocolat marbré



Préparation :

1) Préchauffez le four à 180°C (th. 7).

2) Fondez le beurre, séparez blancs des jaunes

3) Fouettez le sucre avec les jaunes, ajouter beurre

4) Ajoutez farine, lait et la levure

5) Montez les blancs en neige, et incorporez

6) Séparez la pâte en 2 : d'un côté matcha et l'autre cacao

7) Dans un moule beurré et fariné, alterner les 2 pâtes

180°C

40-45 min

1 c.c. thé matcha

L'ACTUALITE DU MOIS

municipal
an —

u, est là
composer
ner :



IS

e

ntre

