



Octobre



MENU DU RESTAURANT SCOLAIRE



Partout en France elle promeut la culture des patrimoines culinaires et le bien manger. L'objectif est d'éduquer les consommateurs, et surtout les enfants, aux goûts »



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



* Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats
* Des aïdas d'approvisionnements peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés



LUNDI 29	MARDI 30	MERCREDI 1	JEUDI 2	VENDREDI 3
Salade composée Hachis Parmenier Fromage Fruit	Concombre Riz sauce tomate Poulet grillé Crème dessert Madeleine	Pique-nique	Salade betterave - maïs Pomme vapeur / Carottes Filet de poisson Compote	Feuilleté Rôti de dinde Haricots verts Flan au caramel
LUNDI 6	MARDI 7	MERCREDI 8	JEUDI 9	VENDREDI 10
Tomates Pâtes Steak de poulet Fromage blanc	Charcuterie Semoule aux légumes sautés Fromage Fruit	Carottes rapées Escalope à la normande Pât / chou-fleur Chocolat liégeois	Nems Riz sauté Boeuf au caramel Gâteau	Jus de pomme Galette Saucisse Crêpes
LUNDI 13	MARDI 14	MERCREDI 15	JEUDI 16	VENDREDI 17
Gaspacho Mac and cheese Mauhallabieh	Salade tex-mex Poulet du général Tao Nouilles sautées Tiakri ananas	Pakoras Goulash Gnocchi Salade de fruits	Salade Kachumbari Fish and chips Sago	Mezze Kofta riz Jollof Torta de naranja
VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES
VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES

NOS APPROVISIONNEMENTS :

Desserts, yaourts ou fruits sont proposés à chaque repas

Jus de pommes: "Pâté Roux" à Penvénan et "Le pépin voyageur" à Langoat

Fruits: TerreAzur Bretagne, les pommes sont cultivées à Langoat

Légumes: Ferme "St Guénès" à Tréyou-Tréguignec et Ferme "Boisdon" 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. "Ferme du Trégoat" à Berhet

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

Oeufs: "Ferme des Oeufs Guindy"

à Rospez

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

Avec-vous

une

suggestion ?



Ingredients (4 pers) :

- 1 kg betterave
- 250 g pois chiches
- 3 carottes
- 2 gousses d'ail
- 100 g de feta
- 1 can. cream
- Huile d'olive

Sal/Poisson

L'ACTUALITE DU MOIS

Préparation :

- 1) Peler, couper, échaloter, ail et butternut en morceaux
- 2) Faire revenir le tout dans casserole, saler et remplir d'eau à hauteur, cuire jusqu'à que les morceaux soient tendre, égoutter / conserver jus
- 3) Mixer carottes et un peu de jus de cuisson, ajouter pois chiches égouttés et les épices
- 4) En ragoût, mettre la préparation et casser oeu.
- 5) Mettre au four à 180°C pendant environ 7 min
- 6) Parsemer de feta

180°C 7 min

Assais. au four - au four au micro-onde quelques secondes