

2026



Janvier



LUNDI 5 Carottes rapées Spaghetti bolognese Yaourt	MARDI 6 Feuilleté Emincé de volaille Petits pois- carottes Fromage Fruit	JEUDI 8 Salade Betterave-Mais Saucisses Lentilles Galettes des rois	 VENDREDI 9 Salade d'hiver Poisson pané Galettes de légumes Chocolat liégeois
LUNDI 12 Bouillon "aux lettres" Hachis Parmentier Fromage Fruit	MARDI 13 Terrine de légumes Blanquette de veau Riz Fromage blanc	JEUDI 15 Toast chèvre chaud Poulet rôti Polenta - Choux fleur rôti Gâteau aux pommes	 VENDREDI 16 Chipolatas Semoule - Haricots verts Fromage Compote
LUNDI 19 Salade composée Carbonnade PDT Fruit	MARDI 20 Terrine de campagne Pâtes aux légumes Crème de butternut Yaourt aux fruits	JEUDI 22 Potage Rôti de porc Haricots blancs - Carottes Petit suisse - caramel	 VENDREDI 23 Salade coleslaw Hamburger Frites Fruit
LUNDI 26 Poulet basquaise Coquillettes Fromage Fruit	MARDI 27 Betteraves -fêta Tartiflette Salade verte Mousse chocolat	JEUDI 29 Nems Nouilles sautées aux crevettes Salade de fruits exotiques	 VENDREDI 30 Carottes rapées Filet de poisson Riz Semoule au lait

Légende :

Légumes et fruits crus
Légumes et fruits cuits
Viande, Poisson, Oeuf
Fécule
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



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



Bon Appétit!

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

* Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés

Galette des rois



Du pain local tous les jours ICI !

NOS APPROVISIONNEMENTS :

Desserts: yaourts ou fruits sont proposés à chaque repas

Jus de pommes: "Prat Rouz" à Penvénan 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. "Ferme du Trégor" 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 Moustéru et "Les Belles Frangines" à Magoar

Avez-vous une suggestion ?



Ingédients : 6 pers
-2 pâte feuilletée
-75g beurre mou
-100g sucre fin
-140g poudre amande
-2 oeufs
-1 jaune d'oeuf
-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 oeufs 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'oeuf



200° C



25 min