



Janvier



MENU DU RESTAURANT SCOLAIRE



Lundi 8 Jambonneau Frites Fromage Fruit	Mardi 9 Soupe "aux lettres" Curry de lentilles corail Riz Galette des rois	Jeudi 11 Blanquette de veau Pdt/Carottes Fromage Liégeois chocolat	Vendredi 12 Rillettes de thon Boulette de bœuf Pâtes Yaourt nature
Lundi 15 Nuggets de poulet Haricots verts Fromage Compote	Mardi 16 Salade composée Sauté de bœuf Haricots cocos Gâteau au chocolat	Jeudi 18 Légumes couscous Semoule/Chipolatas Fromage Fruit	Vendredi 19 Bâtonnets concombre Filet de poisson Gallettes de légumes Fromage blanc BIO
Lundi 22 Hachis parmentier Salade Fromage Ananas au sirop	Mardi 23 Potage pois chiche Viande kébab Tajine de légumes Délice de clémentines	Jeudi 25 Pizza d'hiver Salade Fromage Fruit	Vendredi 26 Pâté de campagne Sauté de poulet Petits pois Crème dessert
Lundi 29 Filet meunière Poireaux/Semoule Fromage Fruit	Mardi 30 Feuilleté Pâtes aux légumes Crème de butternut Petit Suisse BIO	Jeudi 1 Saucisses Lentilles Fromage Compote	Vendredi 2: Chandeleur Jus de pomme Galette complète Salade Crêpe



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



Légende :

- Légumes et fruits crus
- Légumes et fruits cuits
- Viande, Poisson, Oeuf
- Féculents
- 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

Bonne
année
2024 !

Bon Appétit!



- * 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, en alternative au dessert du jour.

Jus de pommes: "Prat Rouz" à Penvénan et "Le pépin voyageur" à Langoat

Fruits : pommes, bananes et kiwis sont issus de l'agriculture biologique. Les pommes sont cultivées à Langoat

Légumes: "Cotacoop" et ferme "Boiséon" à Penvénan

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

Poisson: le poisson frais est fourni par "Top atlantique" à Trémuson

Viandes et charcuterie : La viande est d'origine française. "Talhouet" à Lannion et "Ferme du Trégor" à Berhet

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

Œufs : "Ferme des Œufs Guindy"

à Rospez

Yaourt et crème dessert bio: "Du foin dans les sabots" à Guerlesquin



Avez-vous
une
suggestion ?



Galette des rois



- Ingrédients :** 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 œufs 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'œuf

200 °C

25 min