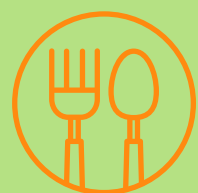




# Février



## MENU DU RESTAURANT SCOLAIRE



|  | Lundi 5  | Mardi 6   | Jeudi 8  | Vendredi 9   |
|--|--|---|--|--|
|  | Lasagnes<br>Salade<br>Fromage<br>Fruit           | Potage aux champignons<br>Normandin de veau<br>Ratatouille/Pdt<br>Crème dessert | Nouvel an chinois<br>Assiette asiatique<br>Riz cantonnais<br>Beignet pomme | Rillettes de porc<br>Poulet basquaise<br>Pâtes<br>Yaourt nature                      |
|  | Lundi 12   | Mardi 13  | Jeudi 15   | Vendredi 16  |
|  | Rôti de dinde<br>Lentilles<br>Fromage<br>Compote | Bouillon "aux lettres"<br>Brochette<br>Haricots verts<br>Flan pâtissier         | Chili sin carne<br>Tortillas<br>Fromage<br>Fruit                           | Tartinade de légumes rôtis<br>Parmentier de cabillaud<br>Salade<br>Crème dessert     |
|  | Lundi 19   | Mardi 20  | Jeudi 22   | Vendredi 23  |
|  | Saucisse<br>Frites<br>Fromage<br>Poire pochée    | Potage carotte<br>Tortellini ricotta épinard<br>Mâche<br>Brownie crème anglaise | Steak de veau<br>Petits pois carottes<br>Fromage<br>Salade de fruit        | Rillettes de sardine<br>Boeuf sauté<br>Nouilles chinoises et légumes<br>Petit suisse |



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



- \* Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats
- \* Des aléas d'approvisionnements peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionner



### NOS APPROVISIONNEMENTS :

**Desserts:** yaourts ou fruits sont proposés à chaque repas, en alternative au dessert du jour.

**Jus de pommes:** "Prat Rouz" à Penvenan 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 Plouarescant

**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 ?



### Chandeleur : Crêpes



- Ingédients :**
- 250 g de farine
  - 50 g de beurre
  - 500 ml de lait
  - 100 ml d'eau
  - 4 gros œufs
  - 2 c.a.s de sucre
  - 1 pincée de sel

### L'ACTUALITE DU MOIS

#### Préparation :

- 1) Dans saladier : Mélanger farine, sucre, sel
- 2) Verser le lait progressivement puis l'eau remuer au fouet
- 3) Ajouter le beurre fondu puis les œufs battus
- 4) Laisser la pâte reposer 30 min

