



# Février



LUNDI 2	MARDI 3	JEUDI 5	VENDREDI 6
Salade d'hiver Spaghetti Carbonara  Fruit	Feuilleté Curry de lentilles corail Riz  Fromage blanc	Jus de pomme Galettes complète Salade verte  Crêpe	Salade Piémontaise Haricots verts Emincé de volaille  Gâteau au chocolat
LUNDI 9	MARDI 10	JEUDI 12	VENDREDI 13
Saucisson Lasagnes d'hiver  Compote	Potage Normandin de veau Petits pois  Yaourt	Salade betteraves-maïs Cassoulet  Crème Dessert	Carottes rapées Fish and Chips  Fruit
LUNDI 16	MARDI 17	JEUDI 19	VENDREDI 20
VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES
LUNDI 23	MARDI 24	JEUDI 26	VENDREDI 27
VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES

**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

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 Trévoù-Tréguignec et Ferme "Boiséon" à Penvenan

Pâtes semi-complètes : "Ferme des hautes terres" à Plougescant

Pain: Boulangeries de Penvenan/ Langoat Pain bio: "Ferme des hautes terres" à Plougescant

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 Œufs Guindy"

à Rospez

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



Avez-vous une suggestion ?



## Chandeleur : Crêpes

## 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 oeufs battus
- 4) Laisser la pâte reposer 30 min

1h30



Restaurant Municipal  
— Penvénan —

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

