



# Mars



## Semaine de menu élaborée par les élèves de CM - Ecole Publique de Penvénan -

Julie, Anaïs, Mathis, Aïden	Aaron, Inès, Titouan	Romain, Martin, Louise, Daryl	Romane, Goulwen, Axel
<b>Lundi 11</b>	<b>Mardi 12</b>	<b>Jeudi 14</b>	<b>Vendredi 15</b>
Salade de betteraves Pizza Savoyarde Salade verte Glace	Salade de pâtes Steak de veau/Haricots verts Emmental Eclair au chocolat	Sauté de poulet Pâtes Cambembert Pomme	Rillettes de thon et ses toasts Poêlée de légumes et crème Riz pilaf Compote et biscuit
<b>Lundi 18</b>	<b>Mardi 19</b>	<b>Jeudi 21</b>	<b>Vendredi 22</b>
Feuilleté Stick mozza/Gratin légumes Fromage Fruit	Salade piémontaise Rôti de porc Semoule Flan pâtissier	Riz à paëlla Filet de poisson Fromage Compote	Pâté de campagne Boulette de boeuf Pâtes crème orange Yaourt nature BIO
<b>Lundi 25</b>	<b>Mardi 26</b>	<b>Jeudi 28</b>	<b>Vendredi 29</b>
Porc caramel Frites Fromage Fruit	Salade gourmande Curry de lentilles Riz Tarte aux pommes	Escalope de dinde Boullgour et jardinière Fromage Fromage blanc gourmand	Pain beurre radis Langue de boeuf Pâtes Petit suisse



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



MENU DU RESTAURANT SCOLAIRE



**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 sélectionnés



**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 ?



**Cake matcha et chocolat marbré**



**Ingrédients :**

- 150 g sucre
- 80g de beurre
- 3 oeufs
- 1/2 sachet levure
- 20 ml de lait
- 170g farine
- 1 cas cacao
- 1 c.a.c thé matcha

**Préparation : L'ACTUALITE DU MOIS**

- 1) Préchauffez le four à 180°C (th.7)
- 2) Fondre le beurre, séparer blancs des jaunes
- 3) Fouettez le sucre avec les jaunes, ajouter beurre
- 4) Ajoutez farine, lait et la levure
- 5) Montez les blancs en neige, et incorporer
- 6) Séparez la pâte en 2 : d'un côté matcha et l'autre cacao
- 7) Dans un moule beurré et fariné, alterner les 2 pâtes



180°C



40-45 min