

Novembre

MENU DU RESTAURANT SCOLAIRE



Lundi 6	Mardi 7  Menu Halloween	Jeudi 9	Vendredi 10
Salade de pâtes Escalope de dinde Petits pois / Carottes Yaourt	Milkshake halloween Burgers monstres Pomme de terre ange Gâteau chocolat fantôme	Friand au fromage Chili Sin Carne Riz Poire au sirop	Terrine Bretonne Filet de poisson Carottes rôties et penne Fruit
Lundi 13	Mardi 14	Jeudi 16	Vendredi 17
Salade colorée Chipolatas Lentilles Mousse au chocolat	Bouillon vermicelle Boeuf / pomme de terre Fromage Compote biscuit	Couscous Boul'boeuf Fromage Fruit	Concombre Spaghettis Carbonara Fruit
Lundi 20	Mardi 21	Jeudi 23	Vendredi 24
Carottes râpées Poulet rôti Purée de courge Yaourt	Sardine au beurre Jambon braisé / haricots verts Fromage Mille-Feuille	Salade Carbonade de boeuf Polenta Crème dessert	Salade marine Paupiette de veau Semoule aux petits légumes Fromage / Fruit
Lundi 27	Mardi 28	Jeudi 30	Vendredi 1
Potage Lasagnes d'automne Fromage Liégeois	Houmous Saucisses Purée Brownie	Salade Alsacienne Nems Riz et légumes sautés	Jus de pomme Moules Frites Compote



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



Légende :

Légumes et fruits crus	Source de glucides, minéraux, vitamines, fibres
Légumes et fruits cuits	Source de protéines animales, lipides, vitamines, fer
Viande, Poisson, Oeuf	Source de protéines animales, lipides, vitamines, fer
Féculents	Source de glucides complexes, protéines, vitamines, fibres
Produits Laitiers	Source de protéines, calcium, vitamines
Repas sans protéine animale	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 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 ?



Crumble Kakis et Pommes



Ingrédients : 10 pers

- 4 Kakis
- 4 Pommes
- Beurre 200 g
- Farine 200 g
- Poudre amande 200 g
- Sucre 150 g
- Sucre vanillé 2 sachets

L'ACTUALITE DU MOIS

Préparation :

- 1) Peler et couper les kakis et pommes
- 2) Chauffer beurre dans poêle, sucre vanillé et dés kakis et pommes
- 3) Caraméliser pendant 5 min
- 4) Préchauffer four à 180 °C
- 5) Dans saladier mélanger, farine, beurre pommade, poudre amande et sucre
- 6) Dans plat beurré mettre fruits et parsemer crumble

 180 °C

 20-25 min