

MENU RESTAURATION SCOLAIRE

LUNDI 02/11 Menu Végétarien Dahl de Lentilles corail au lait de Coco Riz Bio Compote de Pommes Biscuit 	MARDI 03/11 Goulasch de Bœuf ou Quinoa Bio Haricots Beurre à la Persillade Fromage à la coupe Fruit de saison	JEUDI 05/11 Salade de Lentilles/Butternut Filet de Lieu Noir (Sauce Citron) Poireaux Béchamel Roulé au Nutella	VENDREDI 06/11 Concombres Bio à la crème Omelette au Fromage Purée de Patate Douce Yaourt Local (Ferme Chambon)
--	--	---	--

PENNES EN CARBO DE CHOU

Pour 4 personnes

- Pennes 300g
- Chou blanc 200g
- Carottes 160g
- Oignons 50g
- Riz d'or 2g
- Crème liquide 20cl
- Parmesan 20g



Éplucher, laver les légumes. Émincer les oignons et le chou blanc. Couper les carottes en petits dés et les cuire en vapeur. Faire revenir les oignons et le chou blanc. Ajouter les carottes. Assaisonner avec le riz d'or. Ajouter le crème. Laisser mijoter 10 min. Cuire les pennes. Dresser les pennes avec la sauce carbochou et une cuillère de parmesan.

LUNDI 09/11 Salade Verte Gratin de Poisson Chou Fleur à la Persillade Fruit de saison	MARDI 10/11 Carottes Râpées Bio Sauté de Dinde aux Pruneaux ou Perles de Blé Brocolis à la Persillade Flan au Caramel	JEUDI 12/11 Menu Végétarien Pennes en Carbo de Chou Fromage à la coupe Liégeois 	VENDREDI 13/11 Salade de Pomme de Terre et Thon Boulette d'agneau ou Semoule de Blé Poêlée de Courgettes à la Tomate Fruit de saison
--	--	--	---

Information : la viande bovine présente dans nos menus est exclusivement d'origine française.
Tous nos fromages sont au lait Pasteurisé

Bio



Frais et Régional

La cuisine centrale se réserve le droit de modifier ses menus en fonction de l'approvisionnement



MENU RESTAURATION SCOLAIRE

LUNDI 16/11 Menu Végétarien Salade Endives croûtons Tartiflette végétale Fruit de saison 	MARDI 17/11 Salade de Boullgour Jambon Braisé ou Œuf dur Bio Carottes Vichy Bio Yaourt Local (GAEC Vallée de l'Onzion)	JEUDI 19/11 Poireaux en vinaigrette Dos de Colin (Sauce Oseille) Riz Bio Fromage Blanc Bio	VENDREDI 20/11 Pané aux Fromages Épinards Béchamel Fromage à la Coupe Fruit de saison
--	--	---	--

Roulé au Nutella

Pour 4 personnes

-Sucre 48g

-Œufs 2 pièces

-Farine 48g

- Nutella



Préchauffer le four à 200°(th7). Séparer les blancs des jaunes. Ajouter le sucre aux jaunes et bien mélanger, jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajouter la farine et mélanger à nouveau. Monter les blancs en neige ferme et les incorporer délicatement à la préparation précédente. On obtient une mousse onctueuse.Mettre la pâte dans un moule rectangulaire beurré et fariné. Cuire au four 7 minutes.

LUNDI 23/11 Quenelles de Brochet à la Bisque de Homard Blé Bio Fromage à la Coupe	MARDI 24/11 Céleri Rémoulade Sauté de Volaille au Curry ou Semoule Poêlée de Légumes Petit Suisse	JEUDI 26/11 Menu Végétarien Salade de Chou Chinois/Maïs Potée Végétale Pomme de Terre Vapeur Crème au Chocolat Maison 	VENDREDI 27/11 Salade Piémontaise Joue de Porc au Cidre ou Boullgour Bio Haricots Verts Fruit de saison
--	--	--	--

Information : la viande bovine présente dans nos menus est exclusivement d'origine française.
Tous nos fromages sont au lait Pasteurisé.

Bio



Frais et Régional

La cuisine centrale se réserve le droit de modifier ses menus en fonction de l'approvisionnement

