



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	 Concombres à la crème	Salade de chou rouge	Friand au fromage	Salade de pois chiche	Mousse de foie
	 Lasagnes bolognaises	 Rouille de seiche	 Roti de porc au jus	Paupiette de veau sauce tomate  Haricots verts persillés	 Filet de lieu sauce Nantua
	 Salade verte	Riz créole	Lentilles aux oignons		 Duo carotte/carotte jaune
	Emmental	Samos	Saint-Nectaire	Chanteneige	Edam
	Ile flottante	Cocktail de fruits	Crème chocolat	Kiwi	Chandeleur Crêpe chocolat ou sucre

La recette
du Chef
La Chandeleur



Ingrédients :

300 g de farine
3 œufs entiers
3 cuillères à soupe de sucre
2 cuillères à soupe d'huile
50 g de beurre fondu
60 cl de lait

Mettre la farine.
Y déposer les œufs entiers, le sucre, l'huile et le beurre.
Mélanger avec un fouet en ajoutant au fur et à mesure le lait. La pâte ainsi obtenue doit avoir une consistance d'un liquide légèrement épais.
Faire chauffer une poêle et les cuire 1 par 1.

Toutes les vinaigrettes sont réalisées « Maison » et sont variées afin d'obtenir un apport optimal en Oméga 3 et 6.

Certains produits rentrant dans la composition de nos menus peuvent contenir des allergènes



*Le plateau de fromages contiendra ponctuellement un fromage AOP.





	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
DEJEUNER	Sardines à l'huile	 Carottes râpées vinaigrette	 Betteraves vinaigrette	Céleri rémoulade	Samossa et menthe
	 Escalope de dinde à la moutarde  Purée de pois cassé	 Filet de poisson meunière et son citron Brocolis fleurette	 Pot au feu et ses légumes	 Chou farci Sauce tomate	 Filet de poisson sauce hollandaise  Fondue de poireaux et pommes de terre
	Gouda	Kiri	Saint Paulin	Edam	Tomme noire
	 Poire	Beignet chocolat	Fromage blanc au coulis de fruits	 Clémentine	 Pomme

La recette du Chef



Gâteau au yaourt et pépites de chocolat

Ingrédients :

1 pot de yaourt
3 œufs
2 pots de sucre
2 pots de farine
1 sachet de levure
1/2 pot d'huile
100 g de chocolat
Verser 1 pot de yaourt dans un récipient
Mettre les 3 œufs et les 2 pots de sucre puis mélanger.
Incorporer le sachet de levure chimique à la farine, et verser petit à petit ce mélange dans la pâte avant de mélanger.
Rajouter 1/2 pot d'huile.
Et 100 g de pépites de chocolat.
Verser dans un moule et enfourner pendant 30 min à 180°C

Toutes les vinaigrettes sont réalisées « Maison » et sont variées afin d'obtenir un apport optimal en Oméga 3 et 6.

Certains produits rentrant dans la composition de nos menus peuvent contenir des allergènes



*Le plateau de fromages contiendra ponctuellement un fromage AOP.





	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
D E J E U N E R	Coleslaw	Macédoine mayonnaise	Terrine de légumes	<p>LES SAVEURS HIVERNALES</p>	Soupe de légumes
	<p>Boulettes de bœuf sauce tomate</p> <p>Frites</p>	<p>Pêche du jour</p> <p>Endives meunières</p>	<p>Petit salé aux lentilles</p>		<p>Filet de poisson pané et son citron</p> <p>Pommes vapeur</p>
	Tartare	Gouda	Samos		Emmental
	<p>Pomme</p>	Riz au lait	Fromage blanc au coulis de fruits		<p>Poire</p>

La recette du Chef



Les potages

Véritable reflet de la gastronomie française, les potages ont pourtant longtemps souffert d'une mauvaise image, surtout chez les enfants. Son retour en force rend le potage plus que jamais tendance, puisqu'il s'invite aisément à chaque table et même dans les cartes de restaurants gastronomiques. Le potage est un plat chaud plutôt liquide. Il est appelé bouillon s'il est « clair » et velouté s'il est lié à la crème. Enfin, s'il est composé de légumes mixés, il s'agit d'une soupe.

Toutes les vinaigrettes sont réalisées « Maison » et sont variées afin d'obtenir un apport optimal en Oméga 3 et 6.

Certains produits rentrant dans la composition de nos menus peuvent contenir des allergènes



*Le plateau de fromages contiendra ponctuellement un fromage AOP.





	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI		
DEJEUNER	 Betteraves vinaigrette	<h1>PIQUE NIQUE</h1>	 Carottes râpées vinaigrette	<h1>PIQUE NIQUE</h1>	Saucisson à l'ail		
	Blanquette de volaille Riz créole		Radis croque au sel Chips Sandwich au saucisson à l'ail (ou sans porc) Camembert Pain Eau Pomme		Hachis Parmentier  Salade verte	Œufs mayonnaise Chips Sandwich jambon-beurre (ou sans porc) Emmental Pain Eau Poire	 Filet de lieu au citron Brocolis fleurette
	Edam		Saint-Paulin		Bleu		
	Orange		Liégeois chocolat		Cocktail de fruits		
	Compote de pommes Madeleine		Clémentine Plumetis vanille		Compote de fruits Biscuit sec		

La recette du Chef



Le Kaki

Le kaki est un fruit méditerranéen dont les couleurs vives égayent le cœur de l'hiver. Il vous aide à diversifier votre alimentation, à une saison durant laquelle il est plus difficile de le faire. Selon la variété, sa chair est fondante ou croquante, mais toujours parfumée et sucrée.



Toutes les vinaigrettes sont réalisées « Maison » et sont variées afin d'obtenir un apport optimal en Oméga 3 et 6.

Certains produits rentrant dans la composition de nos menus peuvent contenir des allergènes



*Le plateau de fromages contiendra ponctuellement un fromage AOP.

