

Bon appétit !

# Menu de la semaine du 3/12 au 7/12



## LUNDI

Carottes râpées échalotes

Jambon de Dinde au jus

Purée aux pommes de terre fraîches

Biscuit

## MARDI

Salade de blé au Basilic

Sauté de porc

Poêlée Mexicaine et Riz

Ananas

## MERCREDI

Salade d'endives

Paleron de bœuf

Tortis

Crème Mont Blanc

## JEUDI

Potage de légumes

Poulet aux épices

Semoule aux pois chiches

Camembert

## VENDREDI

Crêpe au fromage

Waterzoï de poisson

Epinards à la crème

Fruit

● Viandes, poissons et oeufs

● Légumes & fruits

● Produits céréaliers, féculents et légumes secs

● produits laitiers

\* produits riches en graisses  
\*\* desserts sucrés

- Produits de saison
- Produits de notre région
- Viande Origine Française
- Appellation d'Origine Contrôlée
- Elaboré sur place
- Produits issus de l'agriculture Biologique

**La viande locale provient  
Viandes Sud Toulousain  
31220 CAZERES**

**SAUTE DE PORC**



Originaire du Japon et de la Chine, on retrouve désormais le Kaki partout dans le monde.

Le Kaki est un fruit de Fin d'Année (Automne / Hiver) apportant un peu de variété en fruits, moins nombreux durant ces saisons. De la forme d'une tomate, sa peau rouge orangée cache une chair tendre et très sucrée lorsqu'il est bien mûr. Riche en vitamine C, antioxydant et fibre, on l'apprécie tout au long de l'hiver. Sans noyau et sans peau épaisse, tout se mange dans ce fruit, excepté son pédoncule. Il se consomme cuit ou cru, à croquer, à la cuillère ou coupé en salade. Coupez le en quartier pour le proposer seul ou accompagné d'autres fruits en salade. Il est délicieux avec du fromage blanc. Osez l'originalité en le proposant dans une salade verte !

**Tous nos fruits et nos légumes destinés à l'élaboration des crudités sont majoritairement issue de l'Agriculture Raisonnée  
les entrées, les plats, les sauces et les desserts sont cuisinés par l'équipe de cuisine dans nos locaux.**

Bon  
appétit !

# Menu de la semaine du 10/12 au 14/12

MANGER  
APPRENDRE  
VIVRE  
Scolarest

## LUNDI

Salade coleslaw

Saucisse de Toulouse  
Locale

Lentilles cuisinées

Crème praliné

## MARDI

Œufs durs à la parisienne

Boule de soja tomate  
basilic

Julienne de légumes

Clémentines

## MERCREDI

Potage du Chef

Omelette au fromage

Pommes de terre sautées

Pomme au four

## JEUDI

Pommes de terre en  
salade

Mijoté de bœuf Local  
aux petits légumes

Poêlée de carottes  
fraîches

Yaourt nature sucré

## VENDREDI

Terrine de campagne  
Locale

Filet de hoki sauce citron

Riz aux légumes

Salade aux fruits frais

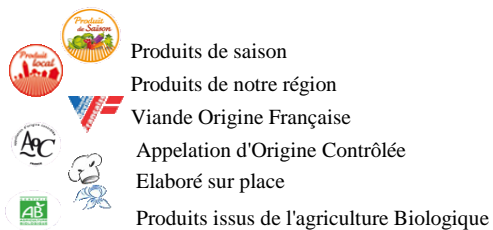
● Viandes, poissons  
et oeufs

● Légumes  
& fruits

● Produits céréaliers,  
féculents et légumes secs

● produits  
laitiers

\* produits riches en graisses  
\*\* desserts sucrés



Pour répondre au mode  
de vie actuel...  
Nous vous proposons  
un menu tendance avec  
des protéines d'origine  
végétale le mardi 11

### Recette Potage du Chef

#### Ingredients pour 4 personnes :

2 poireaux, 2 carottes, 3 pommes de terre, 2 courgettes, Thym frais  
1 cube de bouillon, 1 noisette de beurre

#### Instructions :

Nettoyer, éplucher et couper les légumes en petits dés.  
Dans une marmite, déposer les légumes, ajouter l'eau et le cube de bouillon (ou du bouillon).  
Saler, poivrer et cuire à couvert environ 25 min (tester la cuisson à l'aide d'une lame de couteau).  
Ôter la branche de thym et passer les légumes au mixer, ajouter une bonne noisette de beurre.  
Rectifier l'assaisonnement et servir chaud.



Tous nos fruits et nos légumes destinés à l'élaboration des crudités sont majoritairement issus de l'Agriculture Raisonnée  
les entrées, les plats, les sauces et les desserts sont cuisinés par l'équipe de cuisine dans nos locaux.

Bon  
appétit !

# Menu de la semaine du 17/12 au 21/12



## LUNDI

Salade iceberg aux dés de tomate

Nuggets de volaille 100% filet

Fondue de poireaux et pommes de terre

Compote aux pommes fraîches

## MARDI

Betteraves BIO sauce fromage blanc

Pâtes BIO

à la bolognaise BIO

Biscuit BIO

## MERCREDI

Céleri râpé frais

Endives fraîches

au jambon

Semoule au lait du Chef

## JEUDI

Pomelos et sucre

Filet de poisson pané

Petits pois aux oignons

Biscuit

Mousse de canard et crumble de pain d'épices

Volaille du sud ouest sauce champignons des bois

Pommes noisettes et légumes

Bûche de Noël du Chef

● Viandes, poissons et oeufs

● Légumes & fruits

● Produits céréaliers, féculents et légumes secs

● produits laitiers

\* produits riches en graisses  
\*\* desserts sucrés

- Produits de saison
- Produits de notre région
- Viande Origine Française
- Appellation d'Origine Contrôlée
- Elaboré sur place
- Produits issus de l'agriculture Biologique



VACANCES DU 22 DECEMBRE AU 06 JANVIER 2019



Tous nos fruits et nos légumes destinés à l'élaboration des crudités sont majoritairement issue de l'Agriculture Raisonnée les entrées, les plats, les sauces et les desserts sont cuisinés par l'équipe de cuisine dans nos locaux.

TDC

lundi 3 décembre 2018	mardi 4 décembre 2018	mercredi 5 décembre 2018	jeudi 6 décembre 2018	vendredi 7 décembre 2018
Carottes râpées échalotes Jambon de Dinde au jus Purée aux pommes de terre fraîches Biscuit	Salade de blé au Basilic Sauté de porc Poêlée Mexicaine et Riz Ananas	Salade d'endives Paleron de bœuf Tortis Crème Mont Blanc	Potage de légumes Poulet aux épices Semoule aux pois chiches Camembert	Crêpe au fromage Waterzoï de poisson Epinards à la crème Fruit
lundi 10 décembre 2018	mardi 11 décembre 2018	mercredi 12 décembre 2018	jeudi 13 décembre 2018	vendredi 14 décembre 2018
Salade coleslaw Saucisse de Toulouse Locale Lentilles cuisinées Crème praliné	Œufs durs à la parisienne Boule de soja tomate basilic Menu Tendance Julienne de légumes Clémentines	Potage du Chef Omelette au fromage Pommes de terre sautées Pomme au four	Pommes de terre en salade Mijoté de bœuf Local aux petits légumes Poêlée de carottes fraîches Yaourt nature sucré	Terrine de campagne Locale Filet de hoki sauce citron Riz aux légumes Salade aux fruits frais
lundi 17 décembre 2018	mardi 18 décembre 2018	mercredi 19 décembre 2018	jeudi 20 décembre 2018	vendredi 21 décembre 2018
Salade icerberg aux dés de tomate Nuggets de volaille 100% filet Fondue de poireaux et pommes de terre Compote aux pommes fraîches	Betteraves BIO sauce fromage blanc Pâtes BIO à la bolognaise BIO Biscuit BIO	Céleri râpé frais Endives fraîches au jambon Semoule au lait du Chef	Pomelos et sucre Filet de poisson pané Petits pois aux oignons Biscuit	Mousse de canard et crumble de pain d'épices Volaille du sud ouest sauce champignons des bois Pommes noisettes et légumes Repas de Noël Bûche de Noël du Chef

Tous nos fruits et nos légumes destinés à l'élaboration des crudités sont majoritairement issue de l'Agriculture Raisonnée  
les entrées, les plats, les sauces sont cuisinés par l'équipe de cuisine dans nos locaux.