

Bon appétit !

Menu de la semaine du

4/2

au

8/2



LUNDI

Carottes râpées nature

Omelette aux herbes

Pommes rissolées

Flan caramel

MARDI

Salade de chou chinois

Poulet au citron

Riz parfumé à l'asiatique

Salade de fruits frais

MERCREDI

Duo de chou au yaourt

Rôti de porc charcutière

Purée aux pommes de terre

Compote de fruits frais

JEUDI

Salade Waldorf

Sauté de bœuf Local

Pâtes Papillons

Kiwi

VENDREDI

Soupe à l'oignons

Filet de lieu sauce ciboulette

Poêlée de haricots verts

Yaourt aromatisé

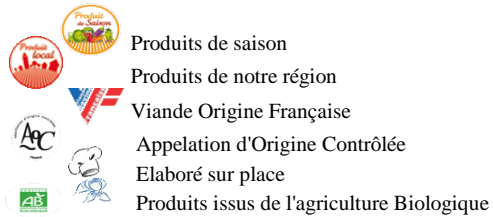
● Viandes, poissons et oeufs

● Légumes & fruits

● Produits céréaliers, féculents et légumes secs

● produits laitiers

* produits riches en graisses
** desserts sucrés



KIWI local
provient du Domaine de Nozes
31220 LAVELANET DE COMMINGES



Le fruit le plus vitaminé de l'hiver

L'hiver est une saison à laquelle on reproche souvent son manque de fruits et légumes riches en vitamines. Pourtant, cette saison nous offre des fruits aux vertus cachées comme celles que **le kiwi** nous présente.

Egalement connu sous le nom de groseille de Chine, vous pourrez trouver le kiwi sous plusieurs variétés. Sa couleur peut par exemple être jaune, rouge, orange ou verte. À la surface, elle se démarque par une peau lisse ou un peu velue. Pour ce qui est de son goût, le kiwi est à la fois sucré et aromatisé avec un petit plus en fonction de son espèce. Mais en plus de sa saveur et de son apparence attrayante, la groseille de Chine est **un fruit aux multiples vertus**.

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 11/2 au 15/2

MANGER
APPRENDRE
VIVRE

Scolarest

LUNDI

Salade Coleslaw

Saucisse de Toulouse
Locale

Lentilles vertes cuisinées

Crêpe Mystère

● Viandes, poissons
et oeufs

MARDI

Bolognaise au Tofu

Spaghettis

Biscuit

Velouté fruits Local

● Légumes
& fruits

MERCREDI

Macédoine vinaigrette

Normandin de veau à
l'ancienne

Riz Pilaf et légumes

Fruit

● Produits céréaliers,
féculents et légumes secs

JEUDI

Salade verte aux noix

Daube de bœuf

Carottes braisées

Dessert du chef

● produits
laitiers

* produits riches en graisses
** desserts sucrés







VENDREDI

Terrine de campagne

Nuggets de poisson sauce
safranée

Blé sauté

Salade de fruits frais

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

MENU BIO
le mardi 19 février



Crêpes bretonnes :

Pour 6 personnes

500 g de farine - 6 oeufs
100 g de sucre - 1 litre de lait
3 g de sel - 100 g de beurre.

Mettre la farine en fontaine et y
ajouter les oeufs, le sucre, le lait
et la pincée de sel.

Bien mélanger le tout. Ajouter le
beurre fondu. Laisser reposer une
petite heure. Si la pâte est trop
épaisse, l'éclaircir avec du lait.

Cuire 1mn de chaque côté dans
une poêle bien graissée.



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 18/2 au 22/2

MANGER
APPRENDRE
E
Scolarest

LUNDI

Céleri râpé

Filet de poulet grillé aux
herbes

Gratin de poireaux
et pommes de terre

Clémentine

● Viandes, poissons
et oeufs

MARDI

Betterave BIO à la
ciboulette

Boulettes de bœuf BIO à
l'orientale

Semoule BIO aux pois
chiches

Purée de pommes BIO

● Légumes
& fruits

● Produits céréaliers,
féculents et légumes secs

MERCREDI

Potage de légumes du chef

Parmentier

au canard confit

Entremets chocolat

JEUDI

Taboulé aux légumes

Sauté de porc sauce
chasseur

Gratin de chou fleur

Pomme Locale

● produits
laitiers

* produits riches en graisses
** desserts sucrés







VENDREDI

Endives au bleu

Filet de poisson pané

Petits pois et carottes

Semoule au lait cannelle
du chef

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

Recette

Semoule au lait



Ingrédients : 1 L de lait entier, 80 g de sucre, 1 c. à café de vanille
liquide, 1 pincée de sel, 100 g de semoule fine

ÉTAPE :

Mettez dans une casserole le lait entier, la vanille, le sucre et le sel.
Portez à ébullition et baissez le feu. Versez la semoule en pluie fine.
Poursuivez la cuisson à feu doux pendant 5 minutes tout en remuant.
Versez la préparation dans 6 ramequins et laissez refroidir. et
dégustez aussitôt cette recette de semoule au lait à la vanille.

**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 25/2 au 1/3

MANGER
APPRENDRE
VIVRE
Scolarest

LUNDI

Carottes râpées
Vinaigrette Xeres

Tajine d'agneau en boule

Riz aux légumes du
Tajine

Yaourt Aromatisé

MARDI

Concombres en Tzasiki

Nuggets de poulet 100 %
filet

Mousseline de légumes

Poire

MERCREDI

Omelette fraîche

Boulgour à la tomate

Gouda

Banane rôtie

JEUDI

Potage Dubary (chou
fleur)

Paleron de bœuf sauce
tomate

Pâtes Tortis

Yaourt nature sucré

VENDREDI

Salade du Chef

Colin d'Alaska sauce
bonne femme

Epinards béchamel

Pâtisseries 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 25 Février au
08 Mars 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 4 février 2019	mardi 5 février 2019	mercredi 6 février 2019	jeudi 7 février 2019	vendredi 8 février 2019
 Carottes râpées nature Omelette aux herbes Pommes rissolées Flan caramel	<p><i>Repas Nouvel An chinois</i></p> Salade de chou chinois Poulet au citron Riz parfumé à l'asiatique Salade de fruits frais	 Duo de chou au yaourt Rôti de porc charcutière Purée aux pommes de terre Compote de fruits frais	Salade Waldorf Sauté de bœuf Local Pâtes Papillons Kiwi	 Soupe à l'oignons Filet de lieu sauce ciboulette Poêlée de haricots verts Yaourt aromatisé
lundi 11 février 2019	mardi 12 février 2019	mercredi 13 février 2019	jeudi 14 février 2019	vendredi 15 février 2019
 Salade Coleslaw Saucisse de Toulouse Locale Lentilles vertes cuisinées Crêpe Mystère la chandeleur	Bolognaise au Tofu Spaghettis Biscuit Velouté fruit Local <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block; writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Menu Tendance</div>	Macédoine vinaigrette Normandin de veau à l'ancienne Riz Pilaf et légumes Fruit	Salade verte aux noix Daude de bœuf Carottes braisées Dessert du chef	Terrine de campagne Nuggets de poisson sauce safranée Blé sauté Salade de fruits frais
lundi 18 février 2019	mardi 19 février 2019	mercredi 20 février 2019	jeudi 21 février 2019	vendredi 22 février 2019
 Céleri râpé Filet de poulet grillé aux herbes Gratin de poireaux et pommes de terre Clémentine	 Betterave BIO à la ciboulette Boulettes de bœuf BIO à l'orientale Semoule BIOaux pois chiches Purée de pommes BIO	 Potage de légumes du chef Parmentier au canard confit Entremets chocolat	 Tabloulé aux légumes Sauté de porc sauce chasseur Gratin de chou fleur Pomme Locale	 Endives au bleu Filet de poisson pané Petits pois et carottes Semoule au lait cannelle du chef
lundi 25 février 2019	mardi 26 février 2019	mercredi 27 février 2019	jeudi 28 février 2019	vendredi 1 mars 2019
Carottes râpées Vinaigrette Xeres Tajine d'agneau en boule Riz aux légumes du Tajine Yaourt Aromatisé	Concombres en Tzaziki Nuggets de poulet 100 % filet Mousseline de légumes Poire	Omelette fraîche Boulgour à la tomate Gouda Banane rôtie	 Potage Dubary (chou fleur) Paleron de bœuf sauce tomate Pâtes Tortis Yaourt nature sucré	 Salade du Chef Colin d'Alaska sauce bonne femme Epinars béchamel Pâtisserie 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.