

RESTAURANT SCOLAIRE de LA CHAPELLE ST LAUD

Menus du lundi 29 novembre au vendredi 10 décembre 2010

Bon
appétit !



Semaine 48 (5é.4)	
LUNDI 29 novembre 2010	entrée Plat principal Légume féculent Produit Laitier Dessert
Demi pamplemousse	Filet de poulet à la catalane
	Courgettes sautées
	Vache picon
	Beignet aux pommes
MARDI 30 novembre 2010	Mortadelle Hachis parmentier** Fruit
MERCREDI 1 décembre 2010	
JEUDI 2 décembre 2010	Potage campagnard
	Paupiette de veau
	Flageolet
	Mousse au chocolat
VENDREDI 3 décembre 2010	Duo de râpés
	Filet de Hoki pané
	Semoule et ratatouille
	Compote aux deux fruits



Le kiwi

Semaine 49 (5é.4)

LUNDI 6 décembre 2010	entrée Plat principal Légume féculent Produit Laitier Dessert
	Goulasch de bœuf
	Poêlée de légumes
	Fromage frais
	Fruit
MARDI 7 décembre 2010	Salade aux dés de fromage Dos de colin à l'armoricaine Riz Liégeois vanille
MERCREDI 8 décembre 2010	
JEUDI 9 décembre 2010	Carottes râpées au citron
	Tartiflette maison*
	Fian nappé caramel
VENDREDI 10 décembre 2010	Quiche lorraine
	Rôti de filet de dinde
	Petits pois et carottes
	Fruit

Histoire : originaire de Chine où il est dégusté depuis plus de 2000 ans. Les premiers plants de cette « grosseille de Chine » arrivèrent en France en 1904 près de Nice et en 1920 au Jardin des Plantes de Paris. L'unique plant femelle étudié à Paris fructifia pour la première fois en 1937 et donna une récolte de 85 kg en octobre 1940. Il fructifie encore chaque année ! Il fallut attendre les années 60 avant que le kiwi se développe à grande échelle. En 2009, la France en est le 2ème producteur européen après l'Italie.

Choisissez le kiwi suivant vos goûts : souple sous les doigts pour un fruit fondant et sucré, ou plus ferme pour un fruit plus acide.
Conservez-le à température ambiante, placé près de pommes, de bananes, il mûrit plus vite.
Consommez-le au petit déjeuner, en dessert ou en pause "tonus", coupé en cubes ou en rondelles, il agrémenté les salades et décore les plats.



Nos salades et plats composés*

Duo de râpés : betteraves et carottes râpées

Tabuoulé de blé : échalote, persil, tomates en cubes, maïs

Salade aux crâtes de fromeage : salade verte, tomate, épaule, fromage

Nos sauces (Plats sans sauce**)

Sauce à la catalane : tomate, fond, vin blanc, oignons, rooux, assaisonnement, herbes

Sauce à l'armoricaine : fumet, tomates, vin blanc, concentré, tomate, rooux

Océane de Restauration vous informe que la viande porcine ast d'origine Française conformément au décret du 17 décembre 2002

Pour votre information

Pour des raisons d'approvisionnement, Océane de Restauration se réserve le droit de modifier certains composants du menu et vous remercies de votre compréhension

Engagement nutritionnel : nos menus sont conçus et équilibrés selon les recommandations du GEMRCN.

Le Service Qualité se tient à votre disposition pour vos questions ou remarques éventuelles

