

Restaurant scolaire

Menus du lundi 5 novembre au vendredi 9 novembre 2018








BASE 5E

Membre de



Semaine 45
(5é.)

-  Entrée
-  Plat principal
-  Légume Féculent
-  Produit laitier
-  Dessert

Lundi

Quiche lorraine

Sauté de dinde au romarin

Haricots beurre à la provençale

Coulommiers

Fruit de saison

Mardi

Salade aux dés de fromages

Normandin de veau à la tomate

Flageolets

Yaourt sucré

Mercredi

Œuf mayonnaise

Rôti de porc à la moutarde

Purée d'artichaut

Petit cotentin

Semoule au lait

Jeudi

Potage campagnard ★

Tartiflette

maison *

Petits suisses aux fruits

Fruit de saison

Vendredi

Céleri et maïs

Dos de colin à la crème de poireaux

Carottes rissolées

Eclair au chocolat

* Plats composés
** Sans sauce



Nouveauté



Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

Nos salades:

Salade aux dés de fromages: salade verte, tomate, épaule, fromage



Les groupes d'aliments :

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons, œufs
- Matières grasses cachées
- Céréales, légumes secs
- Produits laitiers
- Produits sucrés



★ : La ronde des pains

Durant le mois de novembre, découvrez une recette par semaine à base de pain ou dérivés.

Pour des raisons d'approvisionnement, Océane de Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.

Océane de Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF.





Semaine 46
(5é.)

- Entrée
- Plat principal
- Légume Féculent
- Produit laitier
- Dessert

Lundi

Entrée **Betteraves vinaigrette**

Plat principal **Coquillettes**

Légume Féculent **orientales***

Produit laitier **Chantailou ail et fines herbes**

Dessert **Compote pomme fraises**



Nouveauté

Mardi

Entrée **Taboulé**

Plat principal **Colin pané aux 3 céréales sauce tartare**

Légume Féculent **Poêlée du marché**

Produit laitier **Yaourt pulpé**



Mercredi

Entrée **Salade de lardons aux croûtons**

Plat principal **Paupiette de veau au jus**

Légume Féculent **Ebly**

Dessert **Crème dessert au caramel**

Jeudi

Entrée **Velouté à la vache qui rit**

Plat principal **Haché de bœuf sauce forestière**

Légume Féculent **Pommes noisettes**

Produit laitier **Edam**

Dessert **Fruit de saison**

Vendredi

Entrée **Pizza au fromage**

Plat principal **Filet de poulet****

Légume Féculent **Gratin de brocolis**

Dessert **Maestro chocolat**

* Plats composés
** Sans sauce

Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

Nos salades:

Taboulé: semoule de blé, tomate, poivron, citron, oignon

Salade de lardons aux croûtons: salade verte, lardons, tomate, croûtons

Poêlée du marché: Carottes, haricots verts, brocolis, choux fleurs, petits pois, oignons, poivrons, p. de terre, lardons

Coquillettes orientales: Sauce bolognaise à base de boeuf haché et de merguez.



Les groupes d'aliments :

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons, oeufs
- Matières grasses cachées
- Céréales, légumes secs
- Produits laitiers
- Produits sucrés



Le sais-tu?

Avec le pain dur, on peut faire des croûtons, de la chapelure, des toasts, des bruschettas ou du pain perdu.



Pour des raisons d'approvisionnement, Océane de Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. Océane de Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF.





Restaurant scolaire

Menus du lundi 19 novembre au vendredi 23 novembre 2018

Membre de



Semaine 47
(5é.)

- Entrée
- Plat principal
- Légume Féculent
- Produit laitier
- Dessert

Lundi

Salade des carpâtes

Aiguillettes de poulet au piment d'Espelette

Poêlée villageoise

Fromage blanc

Fruit de saison

Mardi

Demi pamplemousse

Hoki poêlé doré au beurre

Riz d'or

Compote aux deux fruits

Mercredi

Carottes râpées et maïs

Omelette au fromage

Ratatouille Semoule

Croix de malte

Tarte aux pommes



Betteraves

Spaghettis

sauce aux lentilles*

Yaourt brassé nature et dosette de sucre

Spéculos

Vendredi

Tartine Flammekueche

Daube provençal

Haricots verts extra fins

Fruit de saison

* Plats composés
** Sans sauce



Nouveauté



Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

Nos salades:

Salade des carpâtes: pdt de terre, lardons, carotte râpée, oignon, persil



Les groupes d'aliments :

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons, œufs
- Matières grasses cachées
- Céréales, légumes secs
- Produits laitiers
- Produits sucrés



LES BONS REFLEXES

**DIMINUEZ
TRIEZ
TRANSFORMEZ**
Les déchets alimentaires en compost!

Le compostage, c'est facile, c'est naturel, et ça nourrit les plantes!



Semaine 4R
(5é.)

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Entrée

Salade verte

Macédoine de légumes

Salade Marco Polo

Velouté de légumes

Taboulé

Plat principal

Fish burger *

Lasagnes

Filet de poisson au
beurre citronné

Rôti de dinde à la
dijonnaise

Jambon grill sauce
madère

Légume
Féculent

Frites

bolognaise*

Gratin de choux fleurs

Petits pois extra fins

Carottes vapeur

Produit
laitier

Yaourt pulpé

Edam

Yaourt aromatisé

Dessert

Fruï de saison

Fruit de saison

Flan pâtissier

* Plats composés

** Sans sauce



Nouveauté



Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans iers »

Nos salades:

Salade Marco Polo: nouilles, surimi rondelle, poivron rouge, xérès, mayonnaise

Taboulé: Semoule de blé, tomate, poivron, citron, oignon



Les groupes d'aliments :

Fruits et légumes

Viandes, poissons, œufs

Matières grasses cachées

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés



Pour des raisons d'approvisionnement, Océane de Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.

Océane de Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF.





Semaine 4^o
(5^e.)



Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert



Lundi

Salade 3 dés

Mignonettes d'agneau à la mexicaine

Semoule

Président calcium

Crème dessert au chocolat

Mardi

Salade Normande

Rôti de porc à l'ancienne

Légumes façon tajine

Fruit de saison

Mercredi

Chou blanc vinaigrette

Goulasch de bœuf

Coquillettes

Rondelé nature

Maestro vanille

Jeudi

Accras de morue

Dos de colin sauce Aurore

Purée de potiron

Yaourt sucré

Cocktail de fruits

Vendredi

Céleri à la crème

Gratin de pommes de terre

aux dés de volaille*

Fruit de saison

* Plats composés

** Sans sauce



Nouveauté



Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

Nos salades:

Salade 3 dés: épaule, fromage, carottes râpée, tomate

Salade Normande: pdt de terre, lardons, dés de volaille, crème fraîche, ciboulette



Les groupes d'aliments :

Fruits et légumes

Viandes, poissons, œufs

Matières grasses cachées

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés





Semaine 50
(5é.)



Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Lundi

Betteraves vinaigrette

Cassoulet*

*

Yaourt pulpé

Biscuits d'accompagnement

Mardi

Crêpe au fromage

Filet de poisson meunière**

Ratatouille

Mousse chocolat

Mercredi

Demi pamplemousse

Blanquette de veau

Pommes vapeur

Purée pomme banane



Potage campagnard

Boulette de soja tomate basilic

Pâtes aux poivrons

Gouda

Fruit de saison



Vendredi

Salade paysanne

Nugget's de volaille

Epinards à la crème

Gélifié vanille

* Plats composés
** Sans sauce



Nouveauté



Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

Nos salades:

Salade paysanne: Pdt de terre, salade verte, lardons fumés, oeuf dur



Les groupes d'aliments :

Fruits et légumes

Viandes, poissons, oeufs

Matières grasses cachées

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés



Pour des raisons d'approvisionnement, Océane de Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.
Océane de Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF.



Semaine 51
(5é.)



Lundi

Entrée

Carottes râpées au citron

Plat principal

Grignottines de porc à la provençale

Légume Féculent

Petits pois à la française

Produit laitier

Petit cotentin

Dessert

Riz au lait

Mardi

Salade de lardons aux croûtons

Lasagnes

bolognaise *

Fruit de saison

Mercredi

Terrine de chevreuil

Paupiette de dinde sauce forestière

Haricots verts et pommes rissolées

Madame Loïck

Muffin nature pépites chocolat



Vendredi

Taboulé

Poissonnette sauce tartare

Julienne de légumes

Fruit de saison



* Plats composés
** Sans sauce



Nouveauté



Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

Nos salades:

Salade de lardons aux croûtons: salade verte, lardons, tomate, croûtons

Taboulé: Semoule de blé, tomate, poivron, citron, oignon

Toute l'équipe d'Océane de Restauration vous souhaite un

Joyeux Noël