



Restaurant scolaire

Menus du Lundi 3 au 7 Septembre 2018



Lundi

	Entrée		Tomate croque sel
	Plat principal		Raviolis
	Légume Féculent		***
	Produit laitier		Fromage blanc sucré
	Dessert		Madeleine

Mardi

	Piémontaise	
	Filet de poulet sauce moutarde	
	Haricots verts	
	Fromage fondu	
	Fruit	

Mercredi

	Blé provençal	
	Omelette	
	Epinards béchamel	
	Yaourt arôme	
	Fruit	

Jeudi

	Céleri rémoulade	
	Blanquette de poisson	
	Riz	
	Camembert	
	Compote	

Vendredi

	Samossa au poulet	
	Chipolata*	
	Purée de carottes	
	Gouda	
	Fruit	



Les groupes d'aliments :



* Présence de porc

Nos salades :

Piémontaise : pommes de terre, oeuf, tomate, oignon, cornichon, mayonnaise.

Blé provençal : blé, poivron rouge et vert, tomate, oignon, vinaigrette.

Céleri rémoulade : céleri râpé, mayonnaise.

Samossa au poulet : galette de riz (farine de riz, farine de blé, farine de soja, huile de tournesol, sel), farce (poulet, oignon, carotte, curry, moutarde, sel, ail, persil).

Nos garnitures :

Epinards béchamel : épinards, béchamel (lait, matière grasse, farine), sel et poivre.

Purée de carottes : carottes, purée à base de flocons de pommes contenant du lait entier, margarine, sel et poivre.

Nos sauces :

Sauce moutarde : moutarde, oignon, crème fraîche, bouillon de volaille, vin blanc, roux, sel et poivre.

Sauce blanquette de poisson : crème fraîche, échalote, oseille, oignon, fumet de poisson, vin blanc, roux, sel et poivre.

Lundi, suivons la route des épices avec la moutarde

Connue comme condiment, la moutarde est aussi une plante aux feuilles comestibles.

La moutarde condiment est obtenue par la macération des graines dans un liquide (vin, vinaigre, eau etc.) et leur réduction en pâte.

Les graines entières aromatisent marinades, sauces et currys.

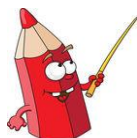
Comme celle de beaucoup d'aliments, d'épices ou de condiments, l'origine et les différents usages de la moutarde se perd dans la nuit des temps.

En tant qu'épice, la moutarde remplaçait le poivre lorsque celui-ci était trop cher.



Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de boeuf est d'origine française.

Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.



Restaurant scolaire

Menus du Lundi 10 au 14 Septembre 2018



Lundi

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Rosette*

Bœuf bourguignon

Pâtes aux courgettes

Fromage fouetté

Fruit

Mardi

Taboulé oriental

Cordon bleu

Haricots beurre

Yaourt sucré

Fruit

Mercredi

Carottes râpées

Poisson mariné huile d'olive et citron vert

Pommes vapeur

Mimolette

Compote

Jeudi

Cœur de scarole et croûtons

Couscous pilon de poulet

Fromage blanc nature

Confiture coupelle

Vendredi

Radis beurre

Galopin de veau sauce barbecue

Brocolis persillés

Brie à la coupe

Crème au chocolat



Les groupes d'aliments :



* Présence de porc

Nos salades :

Taboulé oriental : semoule, tomate, poivron rouge, oignon, raisin sec, jus de citron, huile d'olive, persil, menthe.

Nos sauces :

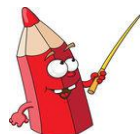
Sauce bourguignon : carotte, oignon, vin rouge, roux, fond de veau, sel et poivre.

Sauce barbecue : ketchup, oignon, vinaigre + sucre (gastrique), épices barbecue (sucre, tomate, sel, paprika, ail, poivre noir, huile de tournesol, cannelle, girofle), fond de veau.

La Banane



Ce fruit issu du bananier est cultivé dans divers pays du monde. On trouve environ 1000 types de bananes, subdivisés en 50 groupes de variétés. Certaines sont à chair sucrée (les bananes dessert), et d'autres à chair riche en amidon, (les bananes à cuire). Il existe des bananes courtes, des carrées, des rondes, des droites, des courbées, des vertes, jaunes, roses, tachetées, dorées, et même des rayées.



Restaurant scolaire

Menus du Lundi 17 au 21 Septembre 2018



Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Lundi Végétarien

Salade camarguaise

Galette végétarienne

Purée de potiron

Crème vanille

Fruit



Mardi

Betterave vinaigrette

Saucisse de Toulouse*

Lentilles

Fromage à tartiner

Fruit



Mercredi

Macédoine nature

Escalope de dinde au jus

Macaronis

Liégeois chocolat

Fruit



Jeudi

Taboulé

Steak haché sauce tomate

Haricots plats

Suisse arôme

Fruit



Vendredi Espagnol

Gaspacho

Paëlla au poisson

Gâteau basque

Melon



Les groupes d'aliments :

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Céréales, légumes secs

Matières grasses cachées

Produits laitiers

Produits sucrés

* Présence de porc

Nos salades :

Salade camarguaise : riz, flocons de surimi, concombre, maïs, carotte, vinaigrette.

Taboulé : semoule de blé, tomate, poivron, citron, assaisonnement.

Gaspacho : purée de tomate, concombre, oignon, poivrons rouges et jaunes, eau, huile d'olive, vinaigre de Xérès, ail, sel, jus de citron.

Nos garnitures :

Purée de potiron : potiron, purée à base de flocons de pommes contenant du lait entier, margarine, sel et poivre.

Nos sauces :

Sauce tomate : sauce tomate, concentré de tomates, oignon, sel et poivre.



LA PAELLA



La paëlla est un plat à base de riz rond d'origine valencienne et qui tire son nom de la poêle qui sert à la cuisiner.

Le plus connu des plats de la cuisine espagnole naquit, en effet, au XVIII^e siècle dans l'Horta de Valence. Les paysans de la région accommodèrent à leur manière le riz de la lagune voisine de l'Albufera.

Après la guerre civile espagnole, le pays voulant, pour développer le tourisme, trouver un plat emblématique national, Franco choisit la paëlla pour plusieurs raisons : le riz peu coûteux, les accommodements faciles et surtout les couleurs du plat (rouge du poivron et de la tomate, jaune du riz safrané) reprennent celles du drapeau espagnol.

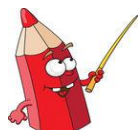
La paella était à l'origine un plat populaire dont la recette variait en fonction des ingrédients locaux et de saison à disposition.



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

Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de bœuf est d'origine française.

Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.



Restaurant scolaire

Menus du Lundi 24 au 28 Septembre 2018



Lundi

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Friand au fromage

Sauté de veau au romarin

Carottes braisées

Flan nappé caramel

Fruit



Mardi

Coleslaw rouge

Grignotte de porc au curry*

Polenta

Emmental

Fruit



Mercredi

Mortadelle*

Colin poêlé au beurre

Blé ratatouille

Fromage fondu

Compote



* Présence de porc



Jeudi

Radis beurre

Sauté de dinde milanaise

Choux fleurs persillés

Fromage blanc sucré

Madeleine



Vendredi

Tomate croque sel

Escalope viennoise

Gratin épinards pommes de terre

Gouda

Fruit



Les groupes d'aliments :



Nos salades :

Coleslaw rouge : chou rouge râpé, carotte râpé, mayonnaise.

Nos garnitures :

Gratin épinards et pommes de terre : épinards, pommes de terre, béchamel (matière grasse, roux, lait), sel, poivre.

Nos sauces :

Sauce romarin : romarin, oignon, bouillon de poule, fond de veau, roux, sel et poivre.

Sauce curry : curry, crème liquide, oignon, ail, fumet de poisson, vin blanc, roux, sel et poivre.

Sauce milanaise : tomates concassées, carotte, oignon, thym, concentré de tomate, bouillon de volaille, roux, sel et poivre.



L'info plus !

Vendredi, on mange des épinards ! Découvert en Perse, ce légume a été introduit en France par les Croisades. Comment ? Cela reste mystérieux... L'histoire raconte que des pousses d'épinard se seraient accrochées aux vêtements de ces hommes les ramenant donc par hasard!!

Riches en fer, les épinards nous aident à faire le plein d'énergie. D'ailleurs, dans le dessin animé, Popeye représente un marin qui puise sa force dans les épinards. Quand il est en difficulté (en général, pour sauver sa fiancée), il ingurgite des épinards qui lui donnent la force de terrasser le méchant. Alors, pour être les plus forts, à table !!!





Restaurant scolaire

Menus du Lundi 1er au 5 Octobre 2018



Lundi

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Piémontaise

Aiguillette de poulet basquaise

Haricots verts

Yaourt vanille

Fruit

Mardi

Carottes râpées

Farfalles

Carbonara*

Fromage fondu

Fruit

Mercredi

Cœur de scarole

Galopin de veau sauce barbecue

Pommes rösti

Camembert

Compote

Jeudi

Pâté de campagne*

Goulash de bœuf

Julienne de légumes

Suisse sucré

Fruit

Vendredi

Concombre nature

Poisson pané

Riz

Bûchette chèvre

Mousse chocolat



Les groupes d'aliments :



* Présence de porc

Nos salades :

Piémontaise : pommes de terre, oeuf, tomate, oignon, cornichon, mayonnaise.

Nos garnitures :

Julienne de légumes : carotte, courgette, céleri-rave, chou-fleur.

Nos sauces :

Sauce basquaise : sauce tomate, oignon, poivron rouge et vert, concentré de tomate, ail, bouillon de volaille, roux, sel et poivre.

Sauce carbonara : crème liquide, lait demi-écrémé, oignon, lardons, roux.

Sauce barbecue : ketchup, oignon, vinaigre + sucre (gastrique), épices barbecue (sucre, tomate, sel, paprika, ail, poivre noir, huile de tournesol, cannelle, girofle), fond de veau.

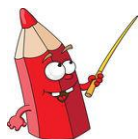
Sauce goulash : carotte, oignon, concentré de tomate, paprika, bouillon de boeuf, fond de veau, vin blanc, roux, sel et poivre.

Le goulash de boeuf

Le goulash était à l'origine une soupe consommée par les paysans hongrois qui parcouraient de longue distance avec leurs animaux. Ce plat très ancien s'est démocratisé grâce aux couches les plus aisées de la population.

Le goulash réunit deux des ingrédients emblématiques de la cuisine hongroise : le bœuf et le paprika. Il se prépare à partir de boeuf à braiser qui est tomates et assaisonné de paprika.





Restaurant scolaire

Menus du Lundi 8 au 12 Octobre 2018

semaine du goût POM POM GIRLS



Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Lundi sucré	Mardi amer	Mercredi salé	Jeudi piquant	Vendredi acide
Betterave vinaigrette Mignonette d'agneau à l'abricot Semoule aux raisins Suisse sucré Pomme golden	Jus de pamplemousse Poisson mariné huile d'olive et citron Purée de brocolis Fromage fondu Gâteau pommes, amande, noix	Tomate croque sel Galette complète* Haricots plats Emmental Pomme cuite sauce caramel	Radis beurre Grignotte de porc à la moutarde* Carottes au cumin Tartare ail et fines herbes Crumble aux pommes	Cœur de scarole et dés d'emmental Steak haché sauce aigre douce Riz aux agrumes Yaourt nature Pomme Granny



Les groupes d'aliments :

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Céréales, légumes secs

* Présence de porc

Matières grasses cachées

Produits laitiers

Produits sucrés

Nos garnitures :

Purée de brocolis : brocolis, purée à base de flocons de pommes contenant du lait entier, margarine, sel et poivre.

Nos sauces :

Sauce abricot : abricot sec, vinaigre + sucre (gastrique), oignon, fond de veau, roux, sel et poivre.

Sauce moutarde : moutarde, oignon, crème fraîche, bouillon de volaille, vin blanc, roux, sel et poivre.

Sauce aigre douce : dés d'ananas au sirop, tomates concassées, vinaigre + sucre (gastrique), sauce soja, bouillon de volaille, ail, fond de veau, sel et poivre.



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

Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de bœuf est d'origine française.

Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Saucisson sec*

Galette végétarienne

Haricots verts

Brie à la coupe

Fruit

Duo de râpé

Escalope de dinde sauce suprême

Pommes rösti

Yaourt vanille

Fruit

Salade grecque

Macaronis

Bolognaise

Fromage fondu

Compote

Taboulé

Nuggets de poisson

Epinards béchamel

Fromage blanc arôme

Fruit

Velouté de carottes

Aiguillette de poulet au paprika

Purée de potiron

Mimolette

Orange



Les groupes
d'aliments :

Fruits et
légumes

Viandes,
poissons
œufs

Céréales,
légumes
secs

Matières
grasses
cachées

Produits
laitiers

Produits
sucrés



* Présence de porc

Nos salades :

Duo de râpé : céleri râpé, carotte râpé, mayonnaise au curry.

Salade grecque : concombre, tomate, feta, poivron rouge, poivron vert, olive noire, vinaigrette.

Taboulé : semoule de blé, tomate, poivron, citron, assaisonnement.

Nos garnitures :

Purée de potiron : potiron, purée à base de flocons de pommes contenant du lait entier, margarine, sel et poivre.

Nos sauces :

Sauce suprême : crème fraîche, oignon, bouillon de volaille, roux, sel et poivre.

Sauce bolognaise : égréné de boeuf, sauce tomate, oignon, concentré de tomate, roux, sel et poivre.

Sauce béchamel : lait, matière grasse, farine, sel et poivre.

**Occitanie Restauration vous
souhaite de bonnes vacances !**



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

Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de boeuf est d'origine française.

Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.