



Menus Scolaire

Du 04 au 08 Janvier 2021



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Roulé au fromage	Céleri rémoulade	Endives aux noix	Salade coleslaw	Potage à la tomate et vermicelles
Filet de limande Meunière et citron	Pâtes Coudes à la bolognaise	Rôti de veau sauce Grand Mère	Pané de mozzarella et dosette de ketchup	Crêpinette de porc Normande
Haricots verts Saveur du Soleil		Carottes Vichy	Petits pois à la Paysanne	Paupiette de veau Normande
Yaourt velouté fruité	Camembert	Edam	Crème Anglaise	Purée de pommes de terre et pois cassés
Clémentine	Kiwi	Galette des rois Frangipane	Couronne des Rois	Purée de fruits

Confectionné à la cuisine centrale

Fromage AOC

Produits locaux circuits courts

Origine France

Agriculture Biologique

MSC durabilité de l'activité de pêche de HALIEUTIS.

Bœuf Race à viande

Viandes Label Rouge

Nouveauté

Volaille certifiée

Toutes nos sauces sont confectionnées sur la Cuisine

ZOOM sur :
La couronne des rois

Ingrédients pour 6 personnes :

- 2 oeufs + 1 jaune pour la dorure
- 170 ml de lait
- 100 g de beurre mou
- 50 g de sucre en poudre
- 2 c.s. de fleur d'oranger
- 430 g de farine T45
- 1 sachet de levure boulangère
- Sucre grains pour la décoration
- Fève (facultatif)

Préparation :

Mettre l'ensemble des ingrédients dans votre machine à pain ou dans votre robot puis pétrir la pâte jusqu'à obtenir une pâte lisse et homogène.
Pour les plus courageux, cette recette se réalise aussi à la main, il suffit de mélanger les liquides ensemble puis d'ajouter la farine et la levure et de pétrir la pâte.
Incorporer ensuite le beurre mou.
Laisser la pâte reposer 2h à température ambiante recouverte d'un torchon propre.
Dégazer la pâte puis façonner une boule.
Faire un trou assez grand au centre de votre boule. Avec la levée + la cuisson au four le trou va rétrécir, la petite astuce est de beurrer un petit cercle à pâtisserie et de le déposer au centre de votre boule.
Placer une fève dans la couronne.
Laisser de nouveau reposer 1h à température ambiante.
Mélanger le jaune d'oeuf avec un peu d'eau puis badigeonner à l'aide d'un pinceau la couronne.
Parsemer de sucre grains puis enfourner dans un four préchauffé à 170°C pour 40 minutes de cuisson.

Les galettes proposées au menu du jeudi 7 janvier proviennent de la boulangerie NICOLLE à Agen.



La route des producteurs locaux et bio



La route des producteurs
50 Kg

Céleri
CAUDECOSTE
47

La route des producteurs
680 Kg

Kiwi
LOT ET
GARONNE 47

La route des producteurs
300 Kg

Carottes
FAUILLET
47

La route des producteurs
580 pièces

Couronne
des rois
AGEN
47

La route des producteurs
1000 Kg

Pomme de terre
FAUILLET
47



Menus Scolaire

Du 11 au 15 Janvier 2021



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Œuf dur mayonnaise	Carottes râpées vinaigrette du Terroir	Rillettes à la sardine	Potage de légumes	Salade Anglaise au cheddar (laitue, cheddar, croûtons et vinaigrette du Terroir)
Pâtes coquillettes sauce végétarienne aux haricots blancs	Poulet rôti	Escalope Viennoise	Sauté de bœuf Forestière	Poisson du "marché" sauce Dieppoise
	Chou fleur et pommes de terre béchamel	Flan d'épinards	Riz créole	Pommes smiles
Fromage blanc aux fruits	Cantal	Petit moulé	Yaourt nature et sucre	Carré de l'Est
Pomme	Flan au caramel	Banane	Kiwi	Compote de pommes poires

Confectionné à la cuisine centrale
 Fromage AOC
 Produits locaux circuits courts
 Origine France
 Agriculture Biologique
 MSC durabilité de l'activité de pêche d'HALIEUTIS.
 Bœuf Race à viande
 Viandes Label Rouge
 Nouveauté
 Volaille certifiée

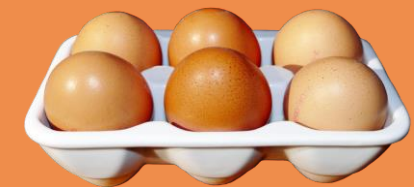
* sous réserve d'approvisionnement chez notre fournisseur

Toutes nos sauces sont confectionnées sur la Cuisine

ZOOM sur : L'oeuf

6 bonnes raisons de manger des œufs régulièrement

- Riches en protéines
- Un oeuf de 60 grammes contient 7 à 8 g de protéines et fournit un cinquième de nos besoins journaliers en protéines
- Généreux en vitamines et oligoéléments
- Apportent de la choline (c'est un nutriment essentiel initialement classé dans le groupe des vitamines B)
- Fournissent de bonnes graisses
- Contiennent des antioxydants bons pour les yeux



La route des producteurs locaux et bio



La route des producteurs
320 Kg

Carottes
FAUILLET
47

La route des producteurs
700 Kg

Pommes
COLAYRAC ST
CIRQ 47

La route des producteurs
200 Kg

Salade
STE
BAZEILLE 47

La route des producteurs
755 Kg

Poulet
DORDOGNE
24

La route des producteurs
400 Kg

Pomme de terre
FAUILLET
47

