

Restaurant scolaire FAYE D'ANJOU

Menus du lundi 4 septembre au vendredi 8 septembre 2017

Membre de



BASE 1

Semaine 36 (5é.)

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

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

 Carottes râpées 

Lasagnes bolognaise*

Purée pomme fraises

 **Taboulé** 

Sauté de dinde sauce barbecue

Haricots verts très fins 

Tomme noire

Fruit

Mercredi

Melon 

Emincé de bœuf Poêlée de légumes 

Brownie

Salade complète (riz bio) 

Colin doré aux 3 céréales** 

Purée de légumes

Carré frais

Yaourt pulpé



Cuisiné par le chef



Nouveauté



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

Bon
appétit !

Nos salades et plats composés (*)

Salade complète: riz, tomate, oeuuf dur, gruyère, concombre, vinaigrette



Les groupes d'aliments :



200g de sucre
4 oeufs
100g de farine
200g de beurre
200g de chocolat noir à pâtisserie
130g de noix

Brownie

- Faire fondre le chocolat et le beurre au micro-onde.
- Pendant ce temps, mélanger le sucre les oeufs. Puis mélanger les deux



- Ajouter la farine, mélanger. Les noix et mélanger
 - Mettre dans un plat allant au four et cuire pendant 20 min à 200°C.
- Bon appétit !

Restaurant scolaire FAYE D'ANJOU

Menus du lundi 11 septembre au vendredi 15 septembre 2017

Membre de



Semaine 37 (5é.)

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

	Entrée
	Plat principal
	Légume Féculent
	Produit laitier
	Dessert

Accras de morue

Rôti de dinde sauce forestière

Lentilles

Camembert

Compote pommes abricots

Betteraves

Filet de poisson meunier sauce tartare

Riz

Fruit

Cerveles

Sauté de bœuf

Carottes

Yaourt aromatisé

Fruit

Tomate vinaigrette

Burger de bœuf

Pomme dauphine

Petits suisses X2



Cuisiné par le chef

N Nouveauté



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

Nos salades et plats composés (*)
Duo de crudités : carottes râpées, céleri râpé



Les groupes d'aliments :



L'origine de la betterave rouge

L'histoire culinaire de la betterave rouge est relativement récente. Chez les Romains, c'est un légume peu estimé et les pauvres utilisent surtout les feuilles.

L'utilisation des racines ne remonte pas au-delà de la Renaissance. A cette époque, la betterave est introduite en Italie, plus particulièrement en Toscane. Les Italiens l'améliorent et en répandent l'usage dans les autres pays d'Europe. Elle connut alors un grand succès en Allemagne, mais aussi dans les autres pays comme la France.

Le terme « betterave » est apparu dans la langue française au XVIIIème siècle. Il dérive de « bette », plante dont la betterave est directement issue, et de « rave », qui désigne toute plante potagère que l'on cultive pour sa racine.

Restaurant scolaire FAYE D'ANJOU

Menus du lundi 18 septembre au vendredi 22 septembre 2017

Membre de



Semaine 38 (5é.)

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

Lundi

Tortellini ricotta épinards 
Jambon grill**
Gratin de choux fleurs 
Carré président
Mousse au chocolat au lait

Mardi

Pâté de campagne
Colin poêlé doré au beurre et citron frais
Coquillettes 
Yaourt au sucre de canne

Mercredi

Mercredi

Jeudi

Melon
Hachis
Parmentier * 
Fromage frais aux fruits
Compote

Vendredi

Salade verte aux dés de fromage 
Cordon bleu**
Légumes poêlés 
Tarte aux pommes



Cuisiné par le chef



Nouveauté



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

Nos salades et plats composés (*)

Macedoine de légumes : haricot vert, flageolet, petit pois, carotte, navet
Salade verte aux dés de fromage : salade verte, tomate, épaule, fromages



Les groupes d'aliments :



Devinettes

- 1/ J'ai un pied mais je ne marche pas. Qui suis-je ?
- 2/ Qu'est-ce qu'une flaque d'eau avec une carotte au milieu ?
- 3/ Que dit un légume qui en a marre ?
- 4/ Pourquoi un citron court vite ?



Bon
appétit !

Réponses : 1/ Un champignon 2/ un bonhomme de neige au printemps 3/ Salsifis 4/ Parce qu'il est pressé

Membre de



Semaine 39 (5é.)

 Entrée	 Plat principal	 Légume	 Produit laitier	 Dessert

Lundi

 Irrillade de pommes de terre

 Aiguillettes de poulet sauce romarin

 Petits pois extra fins

Yaourt pulpé

Mardi

 Mortadelle

 Coulette de soja tomate et basilic**

 Flageolets

Brie

Fruit

Mercredi

 Tomate vinaigrette

 Paupiette de veau au coulis de poivron

 Purée PDT

Croix de Malte

 Moelleux au chocolat et crème anglaise

Jeudi

 Concombres à la crème

 Filet de poisson au thym et au citron

 Riz pilaf

Yaourt sucré

Vendredi

 Concombres à la crème

 Filet de poisson au thym et au citron

 Riz pilaf

Yaourt sucré



Cuisiné par le chef



Nouveauté



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

Nos salades et plats composés (*)
Macedoine de légumes : haricot vert, flageolet, petit pois, carotte, navet
Salade verte aux dés de fromage : salade verte, tomate, épaule, fromages



Les groupes d'aliments :

		
		

L'origine du concombre



De la famille des cucurbitacées le concombre a comme illustres cousins le melon, le cornichon, le potiron et comme savoureuse cousine la courgette.

Déjà mentionné dans les légendes bouddhistes sous le nom d'ischwaku, le concombre serait une des plus vieilles plantes potagères du monde : des archéologues ont, semble-t-il, identifié en Birmanie des graines datant de plus de 7000 ans avant JC. On a en tous cas la certitude que le concombre poussait à l'état sauvage sur les contreforts de l'Himalaya, puis qu'il a été domestiqué très tôt en Chine (5000 ans avant JC) et rapidement diffusé vers l'ouest.

On trouve mention officielle de sa présence en France dès le IXème siècle, lorsque Charlemagne en ordonne la culture dans ses domaines.

Restaurant scolaire FAYE D'ANJOU

Menus du lundi 2 octobre au vendredi 6 octobre 2017

Membre de



Semaine 40 (5é.)

 Entrée
Plat principal  Légume Féculent
 Dessert

Lundi

 Coleslaw (carotte bio)	
Parmentier (purée bio)	
de poisson*	
Fromage blanc	

Mardi

Melon	
Sauté de porc sauce chasseur	
Printanière de légumes	
Yaourt aromatisé	
Biscuit	

Mercredi

--	--

Jeudi

Salade du chef Paëlla* (aiguillettes de poulet)	
(riz bio)	
Fruit	

Vendredi

Jus de pamplemousse	
Jambon grillé	
Epinards à la crème béchamel	
Président calcium	
Compote aux deux fruits	



Cuisiné par le chef



Nouveauté



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

Nos salades et plats composés (*)

Coleslaw : chou blanc, carotte, oignon

Salade du chef : Salade verte, épaule, gruyère



Enigmes

1/ On a un carré de terre : tous les côtés sont égaux.
Une personne décide de faire le tour et met 1min20 pour un côté, 1min20 pour le deuxième, 1min20 pour le troisième côté et seulement 80 secondes pour le dernier côté.
Pourquoi ?

2/ Sur un pommier, il y a 6 branches. Sur ces 6 branches, il y a 6 branches.
Sur ces 6 branches, il y a 6 branches. Sur ces 6 branches, il y a 6 branches.
Et sur ces 6 branches, il y a encore 6 branches et sur ces 6 branches, il y a 6 poires
Combien y-a-t-il de poires ? Donnez le résultat en chiffres

Réponses : 1/ parce qu'1 minute et 20 secondes font 80 secondes,
2/ 0. Un pommier ne donne pas de poires



Les groupes d'aliments :



Restaurant scolaire FAYE D'ANTJOU

Menus du lundi 9 octobre au vendredi 13 octobre 2017

Membre de



Semaine 41 (5é.)

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Lundi

Saucisson à l'ail

Raviolis bolognaises*

Fromage frais aux fruits

Compote

Mardi

Carottes râpées vinaigrette

Filet de poulet à la crème d'estragon

Gratin de brocolis

Éclair au chocolat

Mercredi

Radis beurre

Sauté de porc façon Tajine

Purée

Gouda

Ananas au sirop

Jeudi

Betteraves

Dos de colin sauce rouille

Poêlée de légumes

Semoule au lait

Vendredi

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert



Cuisiné par le chef



Nouveauté

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

Nos salades et plats composés (*)



Les groupes d'aliments :

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

J'AI ME LA NOURRITURE, JE LA RESPECTE.



CHANGEMENTS PÉRIODIQUES, JETTES SAUVAGEMENT 2018
D'ALIMENTATION, LA NOURRITURE ET LE
RESPECT DE MOI-MÊME, DE MONSIEUR ET MADAME
WWW.ALIMENTATION.GOUV.FR



OUI JE SAIS, JE N'AI PAS UN PHYSIQUE FACILE



CHANGEMENTS PÉRIODIQUES, JETTES SAUVAGEMENT 2018
D'ALIMENTATION, LA NOURRITURE ET LE
RESPECT DE MOI-MÊME, DE MONSIEUR ET MADAME
WWW.ALIMENTATION.GOUV.FR



Restaurant scolaire FAYE D'ANJOU

Menus du lundi 16 octobre au vendredi 20 octobre 2017

La mystérieuse semaine des saveurs

Membre de



Semaine 42 (5é.)

Lundi



Entrée



Plat principal



Légume féculent



Produit laitier



Dessert



Salade bulgare

Boulette de bœuf et son ingrédient mystère (1)

Pommes paillasson

Camembert

Mousse au chocolat



Médiane de légumes

Sauté de dinde au curry et (2)

Tortis

Fruit

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Crêpe au fromage

Aiguillettes de saumon saunière sauce tartare

Carottes sautées au (4)

Yaourt nature

Salade verte au fromage et aux noix

Jambon grillé**

Purée de céleri à la crème fraîche

Fromage frais sucré

Pâtisserie



Cuisiné par le chef



Nouveauté



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

Nos salades et plats composés (*)

Salade bulgare : Concombre cube, carotte cube, sauce bulgare
Macédoine de légumes : haricot vert, flageolet, petit pois, carotte, navet

Salade verte au fromage et aux noix: salade, emmental, noix, vinaigrette.

Taboulé à la menthe : Semoule de blé, tomate, poivron, citron, oignon, menthe, vgtte



Les groupes d'aliments :



La mystérieuse semaine des saveurs:

un jour = une saveur à retrouver

- (1) Ses graines fournissent une épice, ses feuilles une herbe aromatique parfois appelées autrement: cilantro, persil arabe, persil mexicain ou persil chinois: la coriandre
- (2) Liquide laiteux préparé à partir de pulpe de noix de coco râpée (fruit du cocotier): lait de coco
- (3) Elle peut s'utiliser en infusion (rafraîchissante l'été et réconfortante l'hiver) et donne toute sa personnalité dans la salade du jour: la menthe
- (4) Répandu sous la forme de petites graines séchées, de couleur brun clair. Proviens d'une plante de la famille des ombellifères et connu pour son odeur un peu entêtante et son goût épicé, amer et aromatique: le cumin

Bon appétit!