

Semaine n° 2

du 6 au 10 Janvier 2014

Plan Alimentaire 2	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Potage de légumes ou betteraves vinaigrette <b>B</b>	Salade de p. de terre échalote	Haricots verts vinaigrette	Salade mêlée	<u>Chou chinois vinaigrette</u>
Plat principal	Sauté de porc au caramel 	Colin meunière citron	Paupiette de veau au jus	Escalope de poulet sauce estragon	Tortis bolognaise
Sans Porc	Sauté de dinde au miel				
Accompagnement	Riz pilaf	Epinards béchamel	Lentilles	Carottes braisées	***
Produit laitier	Fondu président	Yaourt aromatisé	Coulommiers	Tome noire	Fraidou
Dessert	Crème dessert vanille	<u>Banane</u>	<u>Clémentines</u>	Galette des rois 	Liégeois chocolat

**Info de la semaine**

BONNE ANNEE 2014 !  
Jeudi, on fête l'Epiphanie : celui ou celle qui aura la fève sera le roi ou la reine!

**Compositions des plats**

Salade mêlée : salade, maïs, croûton




Semaine n° 3

du 13 au 17 Janvier 2014

Plan Alimentaire 3	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Taboulé	<u>Salade vendéenne</u>	Salade farandole	Céleri rémoulade	Crêpe au fromage
Plat principal	 Mac'hyz à la mexicaine sauce tomate	Rôti de bœuf au jus	Cordon bleu de volaille	Palette de porc à la diable	Filet de colin sauce crevettes
Sans Porc	Boulettes de Bœuf sauce tomate			Rôti de dinde sauce diable	
Accompagnement	Haricots verts	Pommes rissolées	Petits-pois au jus	Penne regate	Carottes et brocolis
Produit laitier	Edam	Cantafrais	Yaourt nature sucré	Saint Bricet	Bûchette mi-chèvre
Dessert	<u>Clémentines</u>	Flan vanille	Madeleine	Ananas au sirop	<u>Pomme</u> <b>B</b>

**Info de la semaine**

La Clémentine : Petit agrume nous rend plus fort, riche en eau et en vitamine C. N'hésite pas à la glisser dans ton cartable pour le goûter

**Compositions des plats**

Mac'hyz à la mexicaine : chair à saucisses, haricots rouges, oignons ébibi

Salade farandole : riz, radis, maïs / Salade vendéenne : chou blanc, raisin sec




Semaine n° 4

du 20 au 24 Janvier 2014

Plan Alimentaire 4	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u> 	<u>VENDREDI</u>
Entrée	Potage de poireaux ou Betteraves vinaigrette	Salade tricolore	Salade soisson	Salade tonic	Cervelas Sp : pâté de volaille
Plat principal	Escalope de dinde à la crème	Steak haché au jus	Pizza au fromage	Cochon Hulalaï  Sauté de dinde Hulalaï	Marmite de poisson
Sans Porc					
Accompagnement	Riz pilaf	Poêlée de légumes	Salade verte	Semoule	Macaroni $\frac{1}{2}$ B
Produit laitier	Fromage blanc sucré	Camembert	Rondelé nature	Vache qui rit	Saint paulin
Dessert	Kiwi	Crème dessert caramel	Compote de pommes	Tarte cacao banane	Clémentines

Info de la semaine

**JEUDI :**  
**LA CANTINE A LA BANANE !**



Compositions des plats



Salade soisson : haricot blanc, tomate, poignon, paprika / Salade tricolore : pâte 3 couleurs, tomate / Salade tonic : celeri rave, pommes, surimi, vinaigrette aux agrumes  
Cochon Hulalaï : sauté de porc, banane

Semaine n° 5

du 27 au 31 Janvier 2014

Plan Alimentaire 5	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u>VENDREDI</u>
Entrée	Carottes râpées au maïs	Potage Dubarry ou Macédoine	Chou rouge $\frac{1}{2}$ B vinaigrette	Salade verte aux croûtons	Salade arlequin
Plat principal	Bœuf bourguignon	Parmentier de poisson	Sauté de dinde forestière	Chili con carne et riz	Sauté de porc aux pruneaux Sauté de dinde aux pruneaux
Sans Porc					
Accompagnement	Haricots beurre	***	Coquillettes	***	Carottes persillées
Produit laitier	Yaourt nature sucré	Gouda	Fondu président	Brie	Chantailou
Dessert	Barre bretonne	Pomme	Pêche au sirop	Mousse au chocolat	Banane

Info de la semaine

**LE SAIS-TU ?**  
Bien qu'on l'associe souvent au Mexique, le **chili con carne** n'est pas d'origine mexicaine mais texane!



Compositions des plats



Salade arlequin : p. de terre, maïs, poignon

Semaine n° 6

du 3 au 7 Février 2014

Plan Alimentaire 1	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Salade de blé fantaisie	Salade verte fromagère	Mortadelle SP : Pâté de volaille	Potage crecy ou Pomelos	Céleri rémoulade
Plat principal	Cordon bleu de volaille	Boulettes de bœuf sauce tomate	Filet de colin au beurre blanc	Rôti de porc chasseur Rôti de Dinde sauce chasseur	Couscous de poisson
Sans Porc					
Accompagnement	Mitonnée de légumes	Papillons	Riz créole	Choux-fleurs	***
Produit laitier	Mimolette	Fraidou	Yaourt aromatisé	Pavé 1/2 sel	Fromage blanc sucré
Dessert	Kiwi	Flan nappé caramel	Clémentines	Crêpe de la Chandeleur	Compote de pommes

**Info de la semaine**

**LE SAIS-TU ?**  
Les crêpes deviennent :  
- "tantimolles" en Champagne  
- "vautes" en Ardennes  
- "sanciaux" en Limousin  
- "crespels" en Béarn

**Compositions des plats**

Mitonnées de légumes : haricots verts, courgettes, carottes

Semaine n° 7

du 10 au 14 Février 2014

Plan Alimentaire 2	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Betteraves vinaigrette	Salade Esaü	Haricots verts échalote	Taboulé	Chou chinois vinaigrette
Plat principal	Colombo de porc Colombo de dinde	Filet de hoki pané citron	Goulash de bœuf	Escalope de poulet au jus	Hachis parmentier
Sans Porc					
Accompagnement	Riz pilaf	Carottes persillées	Coues rayés	Epinards béchamel	***
Produit laitier	Fondu président	Yaourt nature sucré	Edam	Coulommiers	Bûchette mi-chèvre
Dessert	Crème dessert vanille	Banane	Orange	Kiwi	Flan chocolat

**Info de la semaine**

**HACHIS PARMENTIER**  
Ce gratin doit son nom à Antoine Parmentier qui, convaincu que le tubercule pouvait combattre efficacement la famine, le fit goûter à Louis XVI.

**Compositions des plats**

Salade Esaü : lentille, tomate, œuf dur, échalote

Semaine n° 8

du 17 au 21 Février 2014

Plan Alimentaire 3	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Salade argoat	Salade verte	Quinoa des incas	Carottes râpées à l'orange <sup>MB</sup>	Crêpe au fromage
Plat principal	<b>Moch'yz à l'indienne</b> sauce tomate	<b>Rôti de bœuf au jus</b>	<b>Nugget's de volaille</b>	P. de terre à la savoyarde (dès de volaille)	<b>Filet de colin sauce normande</b>
Sans Porc	<b>Boulettes de bœuf</b> sauce tomate				
Accompagnement	Haricots verts	Penne regate	Chou-fleur et brocolis	***	Poêlée de légumes
Produit laitier	<b>Saint paulin</b>	<b>Cantafrais</b>	<b>Fromage blanc sucré</b>	<b>Vache qui rit</b>	<b>Brie</b>
Dessert	<u>Pomme</u>	<u>Flan vanille</u>	<u>Madeleine</u>	<u>Pêche au sirop</u>	<u>Clémentines</u>

Info de la semaine



Compositions des plats



Salade argoat : pomme de terre, thon, nigeron / Quinoa des incas : quinoa, maïs, tomate, poireau

Moch'yz à l'indienne chair à saucisse, lentilles, curry

Semaine n° 9

du 24 au 28 Février 2014

Plan Alimentaire 4	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Potage Dubarry ou salade Léon	<u>Pomelos</u>	Salade du chef SP : Salade du chef au dès de volaille	Salade vendéenne	<b>Saucisson à l'ail</b> SP : Pâté de volaille
Plat principal	<b>Steak haché</b>	<b>Saucisse de Toulouse</b>	<b>Tarte au fromage</b>	<b>Poulet rôti</b>	<b>Lasagne de saumon</b>
Sans Porc		<b>Saucisse de volaille</b>			
Accompagnement	Pommes sautées	Lentilles	Salade verte	Petits-pois à la française	***
Produit laitier	<b>Yaourt aromatisé</b>	<b>Emmental</b>	<b>Rondelé nature</b>	<b>Camembert</b> <sup>MB</sup>	<b>Fondu président</b>
Dessert	<u>Kiwi</u>	<u>Crème dessert caramel</u>	<u>Compote pomme banane</u>	<u>Chou vanille</u>	<u>Orange</u>

Info de la semaine



Compositions des plats



**LE SAIS-TU ?**  
Louis XV, friand de de légumes, et particulièrement de chou-fleur, donna le nom d'une de ses favorite, la comtesse Dubarry, aux préparations à base de chou-fleur

Salade Léon : chou-fleur, maïs / Salade vendéenne : choux blanc, raisin sec / Salade du chef : riz, tomate, epaule de porc, oeuf dur