

NOM DU SITE GESTION

Semaine n° 36

du 2 au 6 Septembre 2013

Plan Alimentaire 4	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Betteraves vinaigrette	<u>Tomate ciboulette</u>		Semoule fantaisie	<u>Concombre persillé</u>
Plat principal	Paëlla de poisson	Steak haché		Moch'yz à la mexicaine 	Poulet rôti
Accompagnement	***	Frites		Ratatouille	Haricots beurre
Produit laitier	Emmental	Brie		Yaourt aromatisé	
Dessert	<u>Prunes</u>	Compote de pommes		<u>Raisin</u>	Clafoutis aux pommes 

Info de la semaine

Mardi :
C'est la rentrée !

Compositions des plats

Semoule fantaisie : semoule fantaisie, tomate, petit-pois, raisin sec / Moch'yz à la mexicaine : boulette de porc, haricot rouge, épices chill



Semaine n° 37

du 9 au 13 Septembre 2013

Plan Alimentaire 5	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	<u>Salade verte</u>	Macédoine de légumes		Pâté de campagne	<u>Radis à la croque</u>
Plat principal	Omelette campagnarde	Bœuf aux olives		Parmentier de poisson	Emincé de porc sauce provençale
Accompagnement	***	Riz créole		***	Coquillettes
Produit laitier	Yaourt sucré	Edam		Coulommiers	Vache qui rit
Dessert	Barre bretonne	<u>Nectarine</u>		<u>Pêche</u>	Bâtonnet glacé

Info de la semaine

Pêche ou Nectarine
2 fruits pratiquement identiques qui regorgent de vitamines et de fibres. Profitons-en avant la fin de la saison !

Compositions des plats

Omelette campagnarde : oeuf, lardon, champignon, p. de terre



NOM DU SITE GESTION

du 16 au 20 Septembre 2013

Semaine n°38

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 1					
Entrée	Salade hébé	Crêpe au fromage			Carottes râpées
Plat principal	Tandoori de volaille	Rougail de saucisse			Couscous de la mer
Accompagnement	Haricots verts	Courgettes colorées			***
Produit laitier	Fondu président	Yaourt aromatisé		NEZ ROUGE A LA CANTINE	Chantailou
Dessert	Raisin	Banane			Entremets vanille 

Info de la semaine

JEUDI
Avec l'association "le rire médecin", faisons rire les enfants hospitalisés!

Compositions des plats

Salade hébé : riz, concombre, thon, oeuf dur




Semaine n°39

du 23 au 27 Septembre 2013

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 2					
Entrée	Salade argoat	Méli mélo de salades		Tomate basilic	Betteraves aux pommes
Plat principal	Cordon bleu	Gratin de pâtes à la parisienne		Goulash de bœuf	Marmite de poisson
Accompagnement	Petit pois à l'étuvée	***		Haricots beurre	Riz créole
Produit laitier	Fromage blanc sucré	Cantadou		Brie	Saint paulin
Dessert	Poire	Mousse chocolat		Roulé confiture 	Kiwi

Info de la semaine

L'automne
Ca y est, depuis dimanche, nous avons changé de saison : c'est l'automne ! Va vite cueillir les feuilles de toutes les couleurs pour réaliser un herbier.

Compositions des plats

Salade argoat : pomme de terre, thon, oignon
Gratin de pâtes à la parisienne : pâtes, épaule de porc, béchamel




NOM DU SITE GESTION

Semaine n°40

du 30 septembre au 4 Octobre 2013

Plan Alimentaire 3	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Salade mêlée	Toast au chèvre		Salade du chef	Concombre ciboulette
Plat principal	Petit salé aux lentilles 	Paleron de bœuf sauce tomate		Poisson meunière	Spaghetti bolognaise
Accompagnement	***	Ratatouille Semoule		Epinards béchamel et p. de terre	***
Produit laitier	Camembert			Yaourt sucré	Emmental
Dessert	Flan nappé caramel	<u>Poire</u>		<u>Banane</u>	Compote pomme ananas

Info de la semaine



La poire
Connais-tu l'expression "entre la poire et le fromage"? Il s'agissait d'un intermède durant le repas, la poire servant à rafraîchir le palais avant que l'on serve le fromage (au XV^e siècle)

Compositions des plats



Salade mêlée : salade, maïs, croûton / Salade du chef : riz, tomate, épaule de porc, œuf dur

Semaine n°41

du 7 au 11 Octobre 2013

Plan Alimentaire 4	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Velouté aux poireaux	<u>Salade fantaisie</u>		Salade de pâtes	Pomelos
Plat principal	Poisson sauce poire vanille	Steak haché		Emincé de porc à la moutarde 	Poulet rôti
Accompagnement	Riz pilaf	Petits-pois à la française		Haricots verts	Purée
Produit laitier	Edam	Fromage blanc sucré		Tome blanche	Vache picon
Dessert	<u>Orange</u>	Cookies aux pépites de chocolat		<u>Kiwi</u>	Compote tous fruits

Info de la semaine



Le chocolat
Connais-tu les différentes étapes de la fabrication du chocolat ? Torrification, décorticage, broyage, affinage et tempérage se succèdent.

Compositions des plats



Salade fantaisie : céleri, ananas, pomme, raisin sec

NOM DU SITE GESTION

du 14 au 18 Octobre 2013

Semaine n°42

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 5					
Entrée					
Plat principal					
Accompagnement					
Produit laitier					
Dessert					

Semaine du goût

"La cantine a du pain sur la planche"



Info de la semaine



Compositions des plats



Semaine n°43

du 21 au 25 Octobre 2013

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 1					
Entrée	Salade d'agrumes	Crêpe au fromage		Blé fantaisie	Salade de chou chinois ou Potage Duharrv
Plat principal	Moc'hyz à l'indienne sauce	Bœuf bourguignon		Palette de porc sauce chasseur	Macaroni au thon
Accompagnement	Semoule	Carottes		Purée de brocolis	***
Produit laitier	Vache qui rit	Fromage blanc		Gouda	Fraidou
Dessert	Crème dessert au chocolat	Banane		Poire	Compote de pommes

Info de la semaine



Compositions des plats



Bonnes vacances!

Changement d'heure dans la nuit de samedi à dimanche : 1 heure de sommeil supplémentaire !

Salade d'agrumes : / Blé fantaisie : blé, tomate, maïs

Moc'hyz à l'indienne sauce madras : boulette de porc, lentille, curry sauce ananas, raisin

NOM DU SITE GESTION

Semaine n°44

du 28 Octobre au 1er Novembre 2013

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 2					
Entrée	Taboulé	Salade Louissette		 <u>Carottes râpées à la mimolette</u>	
Plat principal	Rôti de dinde au thym citronné	Sauté de porc au caramel 		Poisson sauce maltaise	Toussaint
Accompagnement	Gratin de choux-fleurs	Riz créole		Purée de la sorcière	
Produit laitier	Yaourt nature sucré	Cantadou			
Dessert	<u>Orange</u>	Entremets à la vanille 		Carot'cake 	

Info de la semaine

Mercredi :
C'est Halloween!
Pense à fabriquer ton déguisement

Compositions des plats

Purée de la sorcière : purée de potiron / Salade Louissette : salade, tomate, raisin




Semaine n°45

du 4 au 8 Novembre 2013

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 3					
Entrée	<u>Potage ou Pomelos</u>	Feuilleté au fromage		Salade incas	<u>Salade</u>
Plat principal	Saucisse de Toulouse 	Bœuf au paprika		Poisson meunière	Hachis parmentier
Accompagnement	Haricots blancs	Penne regate aux brocolis		Epinards béchamel	***
Produit laitier	Bûchette mi-chèvre	Camembert		Fromage blanc sucré	Saint paulin
Dessert	Liégeois au chocolat	<u>Pomme</u>		<u>Banane</u>	Ananas au sirop

Info de la semaine

Compositions des plats

Salade incas : riz, carotte, maïs




NOM DU SITE GESTION

Semaine n°46

du 11 au 15 Novembre 2013

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 4					
Entrée		<u>Salade vendéenne</u>		<u>Carottes râpées</u>	Potage de légumes
Plat principal	Armistice 1918	Rôti de dinde sauce forestière		P. de terre à la savoyarde	Blanquette de poisson
Accompagnement		Haricots beurre		*** 	Riz créole
Produit laitier		Yaourt aromatisé		Brie	Emmental
Dessert		Madeleine 		Compote de poires	<u>Kiwi</u>



Info de la semaine

11 novembre 1918 :
L'armistice, signé ce jour là à 5h15, marque la fin des combats de la Première Guerre mondiale

Compositions des plats

Salade vendéenne : chou blanc, raisin sec / Quinoa des incas : quinoa, tomate, maïs, poivron, oignon

Semaine n°47

du 18 au 22 Novembre 2013

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u> REPAS TERROIR	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 5					
Entrée	Salade nicarde	Pâté de campagne		<u>Salade mêlée</u>	Potage Dubarry
Plat principal	Sauté de porc au jus 	Filet de poisson sauce nantua		Langue de bœuf sauce piquante	Lasagne de légumes
Accompagnement	Purée de petits-pois à la menthe	Brocolis Riz		Frites	***
Produit laitier	Yaourt nature sucré	Vache qui rit		Camembert	Edam
Dessert	<u>Poire</u>	<u>Orange</u>		<u>Ile flottante</u>	<u>Pomme</u>



Info de la semaine

Jeudi :
L'île flottante : on appelle ce dessert « île » parce que les œufs à la neige doivent « flotter » sur la mer, c'est-à-dire la crème anglaise

Compositions des plats

Salade nicarde : p. de terre, tomate, haricot vert / Salade mêlée : salade, maïs, crouton

NOM DU SITE GESTION

Semaine n°48

du 25 au 29 Novembre 2013

Plan Alimentaire 1	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	<u>Carottes râpées</u>	Salade de pâtes tricolore		Crêpe aux champignons	Salade d'agrumes
Plat principal	Emincé de volaille aux douceurs d'automne	Rôti de bœuf au jus		Moc'hyz à la mexicaine	Couscous de la mer
Accompagnement	Riz pilaf	Haricots verts		Ratatouille	***
Produit laitier	Fondu président	Yaourt aromatisé		Chantailou	Gouda
Dessert	Flan caramel	<u>Banane</u>		<u>Pomme</u>	Compote pomme ananas

Info de la semaine

Les agrumes, qu'est-ce que c'est ?
Ce sont des fruits acides, riches en vitamine C. Ils ont une peau épaisse, leur pulpe contenant du jus est formée d'environ 15 quartiers que l'on



Compositions des plats

Moc'hyz à la mexicaine : boulette de porc, haricots rouges, épices chili



Semaine n°49

du 2 au 6 Décembre 2013

Plan Alimentaire 2	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Salade bavaroise	<u>Chou rouge vinaigrette</u>		<u>Céleri rémoulade</u>	<u>Potage de légumes</u>
Plat principal	Nugget's de volaille	Rôti de porc à l'ancienne		Sauté de bœuf	Marmite de poisson
Accompagnement	Petit pois à la française	Coquillettes		aux carottes	Riz créole
Produit laitier	Fromage blanc	Cantadou		Brie	Saint paulin
Dessert	<u>Kiwi</u>	Entremets à la vanille		Tarte aux pommes	<u>Orange</u>

Info de la semaine

Connais-tu tous les agrumes ?
Citron, clémentine, mandarine, pomelo, orange, mais aussi kumquat, bergamot, cédrat...



Compositions des plats

Salade bavaroise : p. de terre, tomate, épaule de porc, emmental



NOM DU SITE GESTION

Semaine n°50

du 9 au 13 Décembre 2013

Plan Alimentaire 3	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Salade mêlée	Bouillon vermicelle		Salade du chef	<u>Salade de chou chinois</u>
Plat principal	Cassoulet	Pot au feu		Poisson pané	Spaghetti bolognaise
Accompagnement	*** 	***		Epinards béchamel et p. de terre	***
Produit laitier	Camembert	Vache picon		Yaourt sucré	Emmental
Dessert	Liégeois	<u>Pomme</u>		<u>Kiwi</u>	Cocktail de fruits



Info de la semaine

Pot au feu :
Plat traditionnel de notre cuisine française, son nom vient du récipient dans lequel était cuisiné la viande et ses légumes

Compositions des plats

Salade mêlée : salade, maïs, croutons / Salade du chef : riz, tomate, épaule de porc, oeuf dur

Semaine n°51

du 16 au 20 Décembre 2013

Plan Alimentaire 4	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Velouté aux poireaux	<u>Salade fantaisie</u>			Salade de pâtes
Plat principal	Poisson sauce poire vanille	Steak haché		Repas	Sauté de porc à la moutarde 
Accompagnement	Riz pilaf	Purée		de Noël	Haricots verts
Produit laitier	Edam	Tome blanche			Fromage blanc
Dessert	<u>Orange</u>	Compote de pommes			<u>Kiwi</u>



Info de la semaine

Bonnes vacances et Joyeuses fêtes de fin d'année !
Le 21 décembre, c'est l'Hiver

Compositions des plats

NOM DU SITE GESTION

du 23 au 27 Décembre 2013

Semaine n°52

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 5					
Entrée	<u>Salade d'endives</u>	Potage crécy		Cervelas	Salade verte
Plat principal	Omelette au fromage	Haché de veau	Joyeux Noël !	Paëlla de poisson	Gratin de pâtes à la parisienne
Accompagnement	Poêlée de légumes	Gratin dauphinois		***	***
Produit laitier	Yaourt sucré	Fondu président		Saint Paulin	Brie
Dessert	Barre bretonne	<u>Poire</u>		<u>Clémentines</u>	Entremets chocolat

Info de la semaine



Compositions des plats



Salade mêlée : salade, maïs, croûton / Gratin de pâtes à la parisienne : pâtes, épaule de porc, béchamel

Semaine n° 1

du 30 Décembre 2012 au 3 Janvier 2014

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Plan Alimentaire 1					
Entrée	<u>Salade d'agrumes</u>	Crêpe au fromage		Blé fantaisie	<u>Salade de chou chinois</u>
Plat principal	Moch'yz à l'indienne sauce	Bœuf bourguignon	Bonne Année !	Jambon sauce chasseur	Macaroni au thon
Accompagnement	Semoule	Carottes		Purée de potiron	***
Produit laitier	Vache qui rit	Fromage blanc		Gouda	Fraidou
Dessert	Flan nappé caramel	<u>Banane</u>		<u>Kiwi</u>	Compote de pommes

Info de la semaine



Compositions des plats



Moch'yz à l'indienne sauce madras : boulette de porc, lentille, curry sauce ananas, raisin