

# Restaurant scolaire

Menus du lundi 15 mai au vendredi 19 mai 2017



BASE 5E

Animation AUVERGNE RHONE ALPES

Membre



Semaine 20  
(5é.)

Entrée

Plat

Légume

Féculent

Produit  
laitier

Dessert

**Lundi**

**Carottes râpées  
au maïs**

**Nuggets de blé\*\*  
dosette de ketchup**

**Lentilles vertes  
du Puy\*\*\***

**Compote aux deux  
fruits**

**Mardi**

**Pommes de terre  
mimosas**

**Sauté de bœuf**

**Haricots verts**

**Yaourt aromatisé**

**Jeudi**

**Salade de lardons aux  
noix\*\*\* et aux  
croûtons**

**Diots de Savoie\*\*\*  
sauce tomate**

**Poêlée villageoise**

**Fromage blanc**

**Vendredi**

**Tomate**

**Calamars à la  
romaine  
sauce tartare**

**Pommes vapeur**

**Fruit de saison**

\*\* Sans sauce

\* Plats complets  
Cuisiné par le chef

\*\*\* Animation Auvergne Rhône Alpes



Nouveauté



## Nos salades

**Salade de lardons aux noix et aux  
croûtons: salade verte, lardons, noix,  
croûtons**



Les groupes  
d'aliments :

Fruits et  
légumes

Viandes,  
poissons  
œufs

Matières  
grasses  
cachées

Céréales,  
légumes  
secs

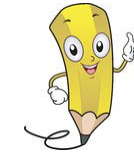
Produits  
laitiers

Produits  
sucrés



— Pour des raisons d'approvisionnement, Océane de Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.  
Océane de Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF.





Membre du

Semaine 21  
(5é.)

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

## Lundi

**Melon**

**Lasagnes**

**Bolognaise \***

**Maestro chocolat**

## Mardi

**Salade du pêcheur**

**Jambon grill sauce mère**

**Printanière de légumes**

**Fruit de saison**

## Jeudi

**ASCENSION**

## Vendredi

**NON TRAVAILLE**

\*\* Sans sauce  
\* Plats complets  
Cuisiné par le chef

Nouveauté



### Nos salades

**Salade du pêcheur:** pommes de terre, thon, persil, vinaigrette, mayonnaise  
**Blé à la provençale:** blé cuisiné, poivron, olive, herbe de Provence, vinaigrette



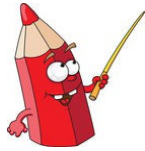
Les groupes d'aliments :

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



— Pour des raisons d'approvisionnement, Océane de Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. —  
Océane de Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF.





Membre de

Semaine 22  
(5é.)

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

## Lundi

**Radis beurre**

**Sauté de porc tex mex**

**Petits pois et carottes**

**Riz au lait**

## Mardi

**Saucisson à l'ail et cornichons**

**Boulettes de bœuf sauce tomate**

**Coquillettes**

**Fruit de saison**

## Jeudi

**Melon**

**Paëlla de la mer\***

**Yaourt au sucre de canne**

## Vendredi

**Taboulé**

**Cordon bleu\*\***

**Haricots verts extra fins maître d'hôtel**

**Fruit de saison**

\*\* Sans sauce  
\* Plats complets  
Cuisiné par le chef

**N** Nouveauté

### Nos salades

**Chou alsacienne: chou, gruyère, jambon, vinaigrette**

**Taboulé: semoule de blé, tomate, poivron, citron, oignon, vinaigrette**



## L'homonyme de Melon

Melon (*Cucumis melo*), plante alimentaire.  
Melon d'eau (*Citrullus lanatus*), plante alimentaire (pastèque).  
Melon, cépage de vigne.  
Melon, chapeau melon.  
Le melon est un organe situé sur la tête des cétacés (dont les dauphins).  
Melon est un terme utilisé autrefois en Savoie pour désigner un bœuf de petite taille bien adapté à la vie en haute montagne.  
Un Melon est une figure en skateboard.  
Avoir (attraper) le melon est une expression signifiant avoir la grosse tête, être bouffi d'orgueil et de prétention.



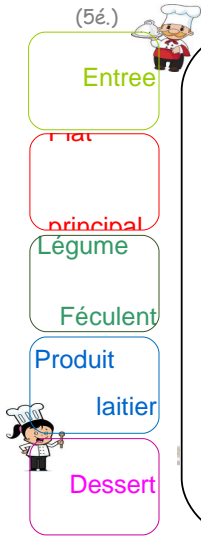
Les groupes d'aliments :

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



Membre de

Semaine 23  
(5é.)



**Lundi**

**FERIE**

**Mardi**

**Salade Napoli**

**Moelleux de poulet sauce Normande**

**Julienne de légumes**

**Fruit de saison**

**Jeudi**

**Tomate vinaigrette**

**Grignotines de porc sauce forestière**

**Semoule**

**Cocktail de fruits**

**Vendredi**

**Betteraves et maïs**

**Colin pané doré aux 3 céréales sauce tartare**

**Riz d'or**

**Yaourt pulpé**

\*\* Sans sauce  
\* Plats complets  
Cuisiné par le chef



Nouveauté



### Nos salades

**Salade Napoli:** Tortis 3 couleurs, tomate, maïs, vinaigrette  
**Persillade de pommes de terre:** pommes de terre cube, échalote, persil, vinaigrette

### La tomate

Découverte par Christophe Colomb en Amérique du Sud au 15ème siècle alors qu'il pensait avoir trouvé la route des Indes, la tomate était cultivée par les Incas et n'était alors pas plus grosse que notre tomate cerise. La tomate arrive en Europe un siècle plus tard et s'implante en Espagne et en Italie. Ronde, rouge ou jaune, elle est baptisée « pomme d'or » ou « pomme d'amour ». Considérée comme un produit toxique, elle reste une simple plante ornementale pendant trois siècles. C'est au milieu du 18ème siècle que l'on découvre ses vertus. La tomate est alors sur toutes tables du Sud de l'Europe.



Les groupes d'aliments :





Semaine 24  
(5é.)

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

## Lundi

**Salade tricolore**

**Sauté de poulet au curry**

**Carottes vapeur**

**Fruit de saison**

## Mardi

**Melon**

**Rôti de porc au jus**

**Haricots blancs à la tomate**

**Flan vanille**

## Jeudi

**Œuf mayonnaise**

**Dos de colin sauce bonne femme**

**Purée de courgettes**

**Yaourt sucré**

## Vendredi

**Salade Normande**

**Nugget's plein filet de poulet et dosette de ketchup**

**Jardinière de légumes**

**Mousse au chocolat**



\*\* Sans sauce  
\* Plats complets  
Cuisiné par le chef



Nouveauté



### Nos salades

**Salade tricolore: pâtes tricolores, dés de tomate, mozzarella, vinaigrette**

**Salade Normande: pommes de terre, lardons, dés de volaille, crème fraîche, ciboulette, vinaigrette**



Les groupes d'aliments :

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



### Muffins aux courgettes et au cœur coulant:

- 1 courgette moyenne râpée
- 3 oeufs
- 150g de farine
- ½ sachet de poudre à lever
- 50g d'emmental râpé
- 10cl de lait
- 4 portions de fromage frais ou fondu (exemple St Môret® ou Vache qui Rit®)

Dans un saladier, verser la farine puis la levure et mélanger. Faire un puits, ajouter les œufs battus et le lait, puis mélanger peu à peu avec un fouet. Ajouter l'emmental et les courgettes. Bien mélanger. Remplir des moules individuels à 1/2, déposer un morceau de fromage frais et compléter avec le reste de la préparation. Cuire au four 180° pendant environ 20 minutes. Bon appétit!





# Restaurant scolaire

Menus du lundi 19 juin au vendredi 23 juin 2017



Membre de

La Fête des Fruits et Légumes

Semaine 25  
(5é.)

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

## Lundi

**Acras de morue**

**Kefta d'agneau  
sauce tomate**

**Légumes  
façon tajine**

**Fruit de saison**

## Mardi

**Concombres à la  
crème de ciboulette**

**Sauté de porc  
aux herbes**

**Pommes de terre  
provençale**

**Mousse au citron**

## Jeudi

**Melon**

**Hachis Parmentier**

**à la patate douce\***

**Tarte chocolat  
banane**

## Vendredi

**Salade  
fraicheur**

**Hoki poêlé  
doré au beurre**

**Poêlée  
villageoise**

**Fruit de saison**



\*\* Sans sauce  
\* Plats complets  
Cuisiné par le chef



Nouveauté



### Nos salades



Les groupes  
d'aliments :

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



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



Semaine 26  
(5é.)

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

## Lundi

**Tomate entière**

**Haché de bœuf aux champignons**

**Flageolets**

**Yaourt sucré**

## Mardi

**Crêpe jambon fromage**

**Moelleux de poulet au romarin**

**Gratin de choux fleurs**

**Fruit de saison**

## Jeudi

**Carottes râpées Florida**

**Jambon grill sauce ajenaise**

**Riz aux céréales**

**Abricots au sirop**

## Vendredi

**Melon**

**Filet de poisson meunière\*\***

**Julienne de légumes**

**Donut's au chocolat**

\*\* Sans sauce  
\* Plats complets  
Cuisiné par le chef

Nouveauté



### Nos salades

**Carottes râpées Florida: carotte, ananas, raisins secs, vinaigrette**

Trier et valoriser les déchets

*Une seconde vie pour nos déchets grâce au tri des biodéchets pour leur valorisation organique par méthanisation ou compostage.*



Les groupes d'aliments :

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



... **Bon pour la planète** LA BONNE ATTITUDE

**Le Sais-tu ?**  
épluchures  
compost (engrais)  
culture des plantes  
8-10 mois dans la terre

ne pas gaspiller

trier ses déchets pour les transformer et les recycler

**Le Sais-tu ?**  
environ 2 mois  
1 tonne de papier économisé  
15 arbres sauvés

LES DECHETS ORGANIQUES

LE PLASTIQUE, LE PAPIER...

**C'Est Bon POUR NOUS**



Semaine 27  
(5é.)



## Lundi

**Duo de crudités**

**Nuggets de blé\*\*  
dosette de ketchup**

**Coquillettes**

**Purée pomme fraises**

## Mardi

**Pommes de terre mimosas**

**Saucisse de Morteau\*\***

**Ratatouille**

**Fruit de saison**

## Jeudi

**Saucisson sec et cornichons**

**Filet de colin à la fondue de poireaux**

**Carottes persillées**

**Fruit de saison**

## Vendredi

**Melon**

**Rôti filet de dinde \*\***

**Chips**

**Brownie**

\*\* Sans sauce  
\* Plats complets  
Cuisiné par le chef

Nouveauté



### Nos salades

**Duo de crudités: Carotte râpée, céleri râpé, vinaigrette**  
**Salade bulgare: concombre cube, carotte cube, sauce bulgare**

# BONNES VACANCES



Pour des raisons d'approvisionnement, Océane de Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.  
Océane de Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF.

