



Membre de

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	Carottes râpées	Taboulé	Tomate à croquer	Melon	Salade complé
	Lasagnes	Aiguillettes de poulet sauce barbecue	Jambon blanc**	Emincé de bœuf	Colin doré aux "carnates"
	bolognaise*	Haricots verts très fins	Piémontaise	Poêlée de légumes	Ratatouille
	Edam	Yaourt sucré	Fraisou	Brie	Yaourt pulpe
	Purée pomme fraises		Ananas au sirop	Brownie	

Cuisiné sur le site

Nouveauté

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

Nos salades et plats composés (*)

Salade complète: riz, tomate, oeu 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

Bon appétit!



- 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!



Membre de

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	Melon	Betteraves	Crêpe au fromage	Cervelas	Duo de crudités
	Rôti de dinde sauce forestière	Filet de poisson meunière sauce tartare	Escalope viennoise**	Sauté de bœuf	Merquiez douces
	Lentilles	Riz	Année de légumes	Carottes	Legumes provençales
	Camembert			Yaourt aromatisé	
	Compote pommes abricots	Fruit	Fruit	Fruit	Riz au lait

Cuisiné sur le site

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 :



Bon appétit!

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 XVIIème 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.