

Semaine 2  
(5é.)

**Lundi**

**Mardi**

**Mercredi**

**Jeudi**

**Vendredi**

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

**Salade Carpâtes**

**Boulettes de bœuf sauce tomate**

**Haricots beurre**

**Yaourt pulpé**

**Fruit de saison**

**Chou rouge vinaigrette**

**Jambon grillé\*\***

**Petits pois extra fins**

**Galette des rois briochée**

**Crêpe au fromage**

**Escalope viennoise\*\***

**Bâtonnière de légumes**

**Riz au lait**

**Salade de lardons aux croûtons**

**Hachis parmentier\***

**Edam**

**Cocktail de fruits**

**Betteraves**

**Polisson pané sauce tartare**

**Semoule de couscous**

**Fruit de saison**

\* Plats composés  
\*\* Sans sauce



Nouveauté

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

**Nos salades et plats composés (\*)**

**Salade de carpâtes :** pomme de terre, lardons, carotte râpée, oignon, persil, vinaigrette moutardée

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

**Les groupes d'aliments :**

- Fruits et légumes
- Vianes, poisson, œufs
- Produits laitiers
- Produits sucrés
- Céréales, légumes secs
- Produits gras (saucisses, charcuteries)

## LA RECETTE de la galette des rois

125 g de beurre fondu, 150 g de sucre, 150 g de poudre d'amande, 3 œufs, 2 pâtes feuilletées, 1 Merveilles.

Mélanger le beurre fondu et le sucre dans un saladier. Ajouter la poudre d'amande puis 2 œufs. Étaler la pâte feuilletée dans un plat allant au four. Verser la frangipane sur la pâte et cacher la tête. Placer la seconde pâte feuilletée sur la frangipane et pincer les bords. Découper au couteau puis décorer avec la crème d'œuf. Enfourmer 30 min à 180°.

**Vive le Roi !**

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.

Semaine 3  
(5é.)

**Lundi**

**Mardi**

**Mercredi**

**Jeudi**

**Vendredi**

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

**Céleri et maïs**

**Saucisse de Toulouse\*\***

**Lentilles**

**Cotentin ail et fines herbes**

**Purée de poire**

**Taboulé**

**Dos de colin à la crème de polvrons**

**Carottes persillées**

**Fruit de saison**

**Salade piémontaise**

**Moelleux de poulet au curry**

**Riz aux petits légumes**

**Yaourt sucré**

**Fruit de saison**

**Velouté de potiron**

**Couscous\***

**Gouda**

**Mousse au chocolat**

**Pâté de campagne**

**Sauté de boeuf à la Thaï**

**Poêlée de légumes**

**Crème dessert vanille**

\* Plats composés  
\*\* Sans sauce



Nouveauté

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

**Nos salades et plats composés (\*)**

**Taboulé :** semoule de blé, tomates, poivron, citron, assaisonnement

**Salade piémontaise :** pomme de terre, assaisonnement, mayonnaise, tomates, œuf

**Les groupes d'aliments :**

- Fruits et légumes
- Vianes, poisson, œufs
- Produits laitiers
- Produits sucrés
- Céréales, légumes secs
- Produits gras (saucisses, charcuteries)

## Le potage à travers les âges

La soupe apparaît dès que l'Homme acquiert des moyens pour faire bouillir des aliments dans de l'eau (soit 500 ans avant Jésus-Christ). A la préhistoire la soupe est essentiellement composée d'eau, de céréales, de végétaux et de racines.

Au moyen-âge, on rajoute du pain (élément principal) dans la plupart des soupes. La soupe est utilisée pour ses vertus thérapeutiques.

Au XVIème siècle, la soupe rentre dans la composition d'un repas quotidien et constitue une entrée. Les légumes rentrent alors dans la composition de la soupe : on parle alors plus souvent de potage que de soupe.

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.