

Semaine 4
(5é.)

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

Lundi

Entrée
Saucisson à l'ail

Plat principal
Rôti filet de dinde au paprika

Légume Féculent
Gratin de choux fleurs

Produit laitier
Fraidou

Dessert
Fruit de saison

Mardi

Entrée
Demi pamplemousse

Plat principal
Hoki poêlé au beurre

Légume Féculent
Coquillettes

Produit laitier
Yaourt aromatisé

Mercredi

Entrée
Salade camarguaise

Plat principal
Merguez douces **

Légume Féculent
Ratatouille

Dessert
Fruit de saison

Jeudi

Entrée
Carottes râpées au citron

Plat principal
Cordon bleu*

Légume Féculent
Bâtonnière de légumes aux haricots plats

Produit laitier
Petit suisse aux fruits

Dessert
Tarte aux pommes

Vendredi

Entrée
Macédoine de légumes

Plat principal
Paupiette de veau sauce forestière

Légume Féculent
Purée

Dessert
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 camarguaise : riz, surimi, concombre, maïs, carotte, vinaigrette
Macédoine de légumes : haricots verts, fèves, petits pois, carotte, navet, mayonnaise



CHOUX-FLEURS

Famille des crucifères

Le chou-fleur est originaire du Proche-Orient, où on le récoltait déjà il y a plus de 2000 ans (le chou-fleur était cultivé en Égypte 400 ans avant notre ère). Très apprécié dans l'Antiquité par les Grecs et les Romains. Il tombe dans l'oubli avant que les Italiens ne l'introduisent en France et que le jardinier de Louis XIV, La Quintinie, ne le mette à la mode. Au 17^{ème} siècle, enfin, la multiplication de sa culture, par semis, se développe. C'est grâce à Louis XV que sa notoriété s'est vue assurée.

Comme il en était très friand, toutes sortes de préparations à base de ce légume ont été mises au point, sous l'appellation « la du Barry », en hommage à l'une de ses favorites.

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 5
(5é.)

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

Lundi

Entrée
Rosette

Plat principal
Sauté de dinde aux fruits des bois

Légume Féculent
Printanière de légumes

Produit laitier
Président calcium

Dessert
Fruit de saison

Mardi

Entrée
Salade aux dés de fromages

Plat principal
Nuggets de blé ketchup dosette

Légume Féculent
Lentilles

Dessert
Compote de pomme

Mercredi

Entrée
Pommes de terre mimosa

Plat principal
Sauté de bœuf

Légume Féculent
Haricots beurre

Produit laitier
Fromage blanc

Dessert
Biscuits

Jeudi

Entrée
Velouté de légumes à la vache qui rit

Plat principal
Tortils

Légume Féculent
à la carbonara*

Produit laitier
Yaourt au sucre de canne

Dessert
Fruit de saison

Vendredi

Entrée
Betteraves

Plat principal
Curry de poisson

Légume Féculent
Riz landais

Dessert
Crêpe

* Plats composés
** Sans sauce

Nouveauté

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

Nos salades et plats composés (*)

Salade aux dés de fromage : salade verte, tomates, épaule, fromage
Pommes de terre mimosa : pommes de terre, œuf, carfeuil, estragon, persil, vinaigrette



Les crêpes de la Chandeleur

Le 2 février, on célèbre la Chandeleur. Ce jour est l'occasion de préparer des crêpes. Mais d'où vient cette bonne tradition ?

Cette tradition se rapporte à un mythe lointain selon lequel si on ne faisait pas de crêpes le jour de la chandeleur, le blé serait perdu pour l'année. D'ailleurs, en faisant les crêpes, il faut respecter une autre coutume, celle de la pièce d'or. En effet, les paysans faisaient sauter la première crêpe avec la main droite tout en tenant une pièce d'or dans la main gauche. Ensuite, la pièce d'or était enroulée dans la crêpe avant d'être déposée en haut de l'armoire jusqu'à l'année suivante. On récupérait alors les débris de la crêpe de l'an passé pour donner la pièce d'or au premier pauvre venu. Si tous ces rituels étaient respectés, la famille était assurée d'avoir de l'argent toute l'année.

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