



Semaine 14
(5€)

Lundi

Entrée

Concombres à la crème

Plat principal

Haché de bœuf sauce bourguignonne

Légume Féculent



Purée

Produit laitier

Brie

Dessert

Fruit

Mardi



Tarte au fromage

Moelleux de poulet sauce forestière

Carottes vapeur

Yaourt aromatisé

Mercredi

Salade exotique

Merguez douces**

Ratatouille et semoule

Bûchette mi-chèvre

Gélifié chocolat

Jeudi

Potage campagnard

Lasagnes

bolognaise*

Fromage frais sucré

Purée de fruits

Vendredi

Carottes râpées au citron

Poissonnette sauce tartare

Printanière de légumes

Riz au lait

* Plats composés

** Sans sauce



Nouveauté

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

Nos salades

Salade exotique: Salade verte, tomate, maïs, ananas



Variante:

Lasagnes végétariennes

Ingrédients: 400g de pâtes à lasagne - 1 poivron - 1 courgette - 2 carottes - 2 tomates - 1 aubergine - deux boules de mozzarella - 400ml de sauce tomate - 3 cs de crème fraîche - 70g de gruyère - huile d'olive - sel et poivre

Préparation: Préchauffer le four à 200°C. Couper les légumes en rondelles sauf la carotte et le poivron. Râper la carotte à l'économe pour en faire des lamelles fines. Couper le poivron en lamelles. Dans un plat à four, asperger le fond d'huile d'olive, mettre une couche de pâte à lasagne, une couche de sauce tomate, puis une couche de légumes. Répéter l'opération. Finir par une couche de pâte à lasagne recouverte de la crème fraîche, de rondelles de mozzarella. Parsemer de gruyère, saler et poivrez. Enfourner 40 minutes. Pour savoir si les lasagnes sont cuites, enfoncer la lame d'un couteau dans le plat si la pâte à lasagnes est encore dure, laisser au four.



Pour des menus d'approvisionnement: Océane de Restauration 101 Avenue de la République - 44100 Nantes - Les horaires d'ouverture sont indiqués sur notre site internet. Océane de Restauration vous informe que la société Breizh'Agri est une Française certifiée par le décret du 17/12/2002. Toute violation de ce décret est punie de 5 ans d'emprisonnement.



Membre de

Semaine 16
(5€)

Lundi

Entrée

Salade des carpâtes

Plat principal

Escalope viennoise**

Légume Féculent

Haricots verts

Produit laitier

Yaourt brassé

Dessert

Fruit

Mardi

Salade printanière

Filet de colin sauce bonne femme

Riz

Compote

Mercredi

Cèleri rémoulade

Marengo de volaille

Ebly

Mousse au chocolat

Jeudi

Macédoine de légumes

Rôti de porc à l'estragon

Gratin de brocolis

Yaourt au sucre de canne

Fruit

Vendredi

Duo de râpés (carottes AB)

Hachis

Parmentier

Flan nappé caramel

* Plats composés

** Sans sauce



Nouveauté

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

Nos salades

Salade des carpâtes: P. de terre, lardons, carotte râpée, oignon, persil, vgte moutardée

Salade printanière: Salade, tomate, maïs, dés de fromage

Macédoine de légumes: Haricots verts, flageolets, petits pois, carotte, navet, mayonnaise

Duo de râpés: Carotte râpée, céleri râpé, vgte

Cultivées dans le monde entier, de tout temps, les céréales ont permis de tracer des aires géographiques, alimentaires et culturelles: le riz en Asie, le blé au Moyen-Orient, le maïs en Amérique et le mil en Afrique. Aujourd'hui à la base de notre l'alimentation, elles présentent une variété et une diversité d'espèces qui contribuent à nourrir la planète.



Pour des menus d'approvisionnement: Océane de Restauration 101 Avenue de la République - 44100 Nantes - Les horaires d'ouverture sont indiqués sur notre site internet. Océane de Restauration vous informe que la société Breizh'Agri est une Française certifiée par le décret du 17/12/2002. Toute violation de ce décret est punie de 5 ans d'emprisonnement.

