



septembre



LUNDI 1	MARDI 2	MERCREDI 3	JEUDI 4	VENDREDI 5
Melon Spaghetti Bolognaise Glace	Tomates Poulet croustillant Haricots verts Fromage blanc	Friand Emincé de dinde au curry Ebly / Légumes Fruit	Salade verte au fromage Moules Frites Fruit	Saucisses Lentilles Fromage Liégeois au chocolat
LUNDI 8	MARDI 9	MERCREDI 10	JEUDI 11	VENDREDI 12
Carottes râpées Rôti de porc Purée Yaourt nature	Feuilleté Couscous de légumes Fromage Fruit	Charcuterie Tarte au fromage Poêlée de légumes Fruit	Tomate mozarella Poisson meunière Gratin courgette / Riz Compote	Lasagnes Salade verte Fromage Mousse au chocolat
LUNDI 15	MARDI 16	MERCREDI 17	JEUDI 18	VENDREDI 19
Melon Emincé de poulet Gnocchi Yaourt nature	Piémontaise Moussaka de légumes Fromage Glace	Betterave feta Chipolatas Penne Fruit	Concombre à la crème Paupiette de veau Petits pois / Carottes Crumble aux pommes	Hamburger Pomme de terre smile Fromage Fruit
LUNDI 22	MARDI 23	MERCREDI 24	JEUDI 25	VENDREDI 26
Terrine légumes Petit brun de veau Ratatouille / Pâtes Fromage Fruit	Carottes râpées Cassoulet aux cocos de Paimpol Yaourt nature	Melon Riz cantonnais / oeufs Fromage Cake	Pastèque Moules Frites Petit suisse	Tomates Capalletis au basilic Jambon, fromage râpé Pêche au sirop - Chantilly



La fabrique à Menu, est là pour vous aider à composer vos repas du dîner :



MENU
DU
RESTAURANT
SCOLAIRE



Légende :

Légumes et fruits crus	Source de glucides, minéraux, vitamines, fibres
Légumes et fruits cuits	Source de protéines animales, lipides, vitamines, fer
Viande, Poisson, Oeuf	
Féculents	Source de glucides complexes, protéines, vitamines, fibres
Produits Laitiers	Source de protéines, calcium, vitamines
Repas sans protéine animale	Source de protéines végétales, glucides, fibres



* Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats

* Des aléas d'approvisionnements peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés



NOS APPROVISIONNEMENTS :

Desserts: yaourts ou fruits sont proposés à chaque repas

Jus de pommes: "Prat Rouz" à Penvénan et "Le pépin voyageur" à Langoat

Fruits: TerreAzur Bretagne, les pommes sont cultivées à Langoat

Légumes: Ferme "St Guénolé" à Trévou-Tréguignec et Ferme "Boiséon" à Penvénan

Pâtes semi-complètes: "Ferme des hautes terres" à Plougrescant

Pain: Boulangeries de Penvénan/ Langoat Pain bio: "Ferme des hautes terres" à Plougrescant

Poisson: TerreAzur Bretagne

Viandes et charcuterie: La viande est d'origine française. "Ferme du Trégor" à Berhet

Volaille: Volaille d'origine bretonne. "Terre et plumes"

Oeufs: "Ferme des Oeufs Guindy"

à Rospez

Yaourt et crème dessert bio: "Ty Lipouz" à Moustiéru et "Les Belles Frangines" à Magoar

Avez-vous
une
suggestion ?



Gâteau au chocolat à la courgette



Préparation :
1) Préchauffez le four à 170°C (th.6).
2) Fondre le chocolat au bain-marie avec le sel
3) Fouettez au robot les oeufs avec le sucre
4) Pelez la courgette et râpez-la finement.
5) Mélangez le chocolat fondu avec les oeufs, puis incorporez la courgette râpée.
6) Ajoutez la farine tamisée et mélangez.
7) Versez dans un moule beurré et fariné

Préparation :

- 1) Préchauffez le four à 170°C (th.6).
- 2) Fondre le chocolat au bain-marie avec le sel
- 3) Fouettez au robot les oeufs avec le sucre
- 4) Pelez la courgette et râpez-la finement.
- 5) Mélangez le chocolat fondu avec les oeufs, puis incorporez la courgette râpée.
- 6) Ajoutez la farine tamisée et mélangez.
- 7) Versez dans un moule beurré et fariné

170°C

20-25 min

Du pain local tous les jours ICI!