



# Février



## MENU DU RESTAURANT SCOLAIRE



LUNDI 2	MARDI 3	MERCREDI 4	JEUDI 5	VENDREDI 6
Salade d'hiver Spaghetti Carbonara  Fruit	Feuilleté Curry de lentilles corail Riz  Fromage blanc	Macédoine de légumes Hachis parmentier Fromage Fruit	Jus de pomme Galette complète Salade verte  Crêpe	Salade Piémontaise Haricots verts Emincé de volaille  Gâteau au chocolat
LUNDI 9	MARDI 10	MERCREDI 11	JEUDI 12	VENDREDI 13
Saucisson Lasagnes d'hiver  Compote	Potage Normandin de veau Petits pois  Yaourt	Salade d'endive Sauté de volaille Légumes d'hiver - semoule  Pâtisserie	Salade betteraves-mais Cassoulet  Crème Dessert	Carottes rapées Fish and Chips  Fruit
LUNDI 16	MARDI 17	MERCREDI 18	JEUDI 19	VENDREDI 20
VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES
LUNDI 23	MARDI 24	MERCREDI 25	JEUDI 26	VENDREDI 27
VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES	VACANCES



Restaurant Municipal  
— Penvénan —

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



**Légende :**

Légumes et fruits crus  
Légumes et fruits cuits  
Viande, Poisson, Oeuf  
Féculents  
Produits Laitiers  
Repas sans protéine animale

Source de glucides, minéraux, vitamines, fibres  
Source de protéines animales, lipides, vitamines, fer  
Source de glucides complexes, protéines, vitamines, fibres  
Source de protéines, calcium, vitamines  
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



Du pain  
local  
tous les jours  
ICI !

### 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 Lipous" à Moustiéru et "Les Belles Frangines" à Magoar

Avez-vous  
une  
suggestion ?



### Chandeleur : Crêpes



Ingrédients :  
-250 g de farine  
-50 g de beurre  
-500 ml de lait  
-100 ml d'eau  
-4 gros œufs  
-2 cas de sucre  
-1 pincée de sel

### L'ACTUALITE DU MOIS

#### Préparation :

- 1) Dans saladier : Mélanger farine, sucre, sel
- 2) Verser le lait progressivement puis l'eau remuer au fouet
- 3) Ajouter le beurre fondu puis les oeufs battus
- 4) Laisser la pâte reposer 30 min

1h30