

Semaine 11  
(5é.)

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

## Lundi

**Carottes râpées au citron**

**Jambon grill sauce madère**

**Coquillettes**

**Fruit de saison**

## Mardi

**Saucisson à l'ail et cornichons**

**Moelleux de poulet à la crème de curry**

**Petits pois extra fins**

**Yaourt sucré**

## Mercredi

**Salade Napoli**

**Chipolatas\*\*  
Dosette de ketchup**

**Purée de potiron**

**Fruit de saison**

## Jeudi

**Velouté à la tomate & aux vermicelles**

**Cordon bleu\*\***

**Julienne de légumes aux brocolis**

**Tarte aux pommes**

## Vendredi

**Macédoine**

**Colin aux poivrons rouges**

**Riz**

**Yaourt à la pulpe de fruits**

\* Plats composés

\*\* Sans sauce



Nouveauté



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

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

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

Salade Napoli: Tortis 3 couleurs, tomate, maïs, vinaigrette

Macédoine: haricots verts, flageolets, petits pois, carotte, navet, mayonnaise



Les groupes d'aliments :

Fruits et légumes

Viandes, poissons, œufs

Matières grasses cachées

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés



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.





# Restaurant scolaire

Menus du lundi 18 mars au vendredi 22 mars 2019

Membre de



Semaine 12  
(5é.)

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

## Lundi

**Betteraves vinaigrette**

**Risotto de pépinettes (pâtes)**

**aux dés de volaille\***

**Gélifié chocolat**

## Mardi

**Crêpe fromage**

**Goulasch de bœuf à la Thai**

**Gratin de brocolis**

**Fruit de saison**

## Mercredi

**Céleri à la crème**

**Mignonettes d'agneau\*\***

**Flageolets**

**Tarte au chocolat**

## Jeudi

**Carottes râpées Florida**

**Saucisse fumée sauce tomatée**

**Riz**

**Purée de fruits**

## Vendredi

**Salade piémontaise**

**Filet de poisson meunière\*\***

**Ratatouille**

**Banane**

\* Plats composés

\*\* Sans sauce



Nouveauté



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

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

### Nos salades

Salade piémontaise: P. de terre, œuf, tomate, oignon, cornichons, mayonnaise



Les groupes d'aliments :

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons œufs
- Matières grasses cachées
- Céréales, légumes secs
- Produits laitiers
- Produits sucrés



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.





# Restaurant scolaire

Menus du lundi 25 mars au vendredi 29 mars 2019

Membre de



Semaine 13  
(5é.)

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert



**Taboulé**

**Nugget's de blé\*\*  
et dosette de ketchup**

**Haricots  
beurre**

**Fruit de saison**



**Mardi**

**Chou à  
l'alsacienne**

**Rôti de dinde  
au romarin**

**Flageolets**

**Yaourt aromatisé**

**Mercredi**

**Salade  
complète**

**Croque Monsieur -**

**Chiffonnade de salade  
verte\***

**Cocktail de fruits**

**Jeudi**

**Velouté de légumes  
à la vache qui rit**

**Axoa de**

**bœuf \***

**Fruit de saison**

**Vendredi**

**Salade verte, maïs et  
mimolette**

**Dos de colin  
sauce dieppoise**

**Printanière de légumes**

**Eclair au chocolat**

\* Plats composés  
\*\* Sans sauce



Nouveauté



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

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

**Nos salades et plats composés:**

**Taboulé:** semoule de blé, tomate, poivron, citron, oignon, vinaigrette

**Chou à l'alsacienne:** chou, gruyère, jambon, vinaigrette

**Salade complète:** riz, tomate, oeuf dur, gruyère, concombre, vinaigrette

**Axoa de boeuf:** P. de terre, sauce bolognaise, olive verte.



Les groupes d'aliments :

Fruits et légumes

Viandes, poissons, oeufs

Matières grasses cachées

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés



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.





# Restaurant scolaire

Menus du lundi 1 avril au vendredi 5 avril 2019

Membre de



Semaine 14  
(5é.)



Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert



## Lundi

**Salade Normande**

**Rôti de porc à l'estragon**

**Petits pois extra fins**

**Fruit de saison**

## Mardi

**Duo de crudités**

**Aiguillettes de poulet au paprika**

**Boullgour**

**Compote de poires**

## Mercredi

**Demi pamplemousse**

**Bœuf braisé**

**Carottes**

**Semoule au lait**



**Betteraves**

**Paupiette de veau sauce forestière**

**Gratin de choux fleurs**

**Donut's au chocolat**

## Vendredi

**Macédoine de légumes**

**Filet de poisson doré au beurre et citron frais**

**Riz d'or**

**Fromage blanc**

\* Plats composés  
\*\* Sans sauce



Nouveauté



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

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

### Nos salades

Duo de crudités: Carotte râpée, céleri râpé, vtgte

Macédoine de légumes: haricots verts, flageolets, petits pois, carotte, navet, mayonnaise  
Salade normande : pdt , lardons,dés de volaille, crème fraiche,ciboulette, vinaigrette



Les groupes d'aliments :

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Matières grasses cachées

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés



# C'est bientôt les vacances...!



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.





# Restaurant scolaire

Menus du lundi 22 avril au vendredi 26 avril 2019

Membre de



Semaine 17

**Lundi**

**Mardi**

**Mercredi**

**Jeudi**



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

**Joyeuses Pâques**

**Taboulé**

**Haché de veau sauce tomate**

**Purée de céleri**

**Yaourt pulpé**

**Mortadelle**

**Emincé de volaille à la crème**

**Haricots beurre**

**Yaourt au sucre de canne**

**Demi pamplemousse**

**Escalope viennoise \*\***

**Haricots blancs**

**Liégeois au chocolat**

**Carottes râpées**

**Risotto de perles (pâtes)**

**tomates et mozzarella\***

**Purée pommes/abricots**

\* Plats composés  
\*\* Sans sauce



Nouveauté



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

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

**Nos salades**

Taboulé : semoule de blé, tomate, poivron, citron, oignon, vinaigrette

**Les groupes d'aliments :**

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons œufs
- Matières grasses cachées
- Céréales, légumes secs
- Produits laitiers
- Produits sucrés

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 18



## Lundi

## Mardi

## Mercredi

## Jeudi

## Vendredi

Entrée

**Persillade de pommes de terre**

N

**Salade racine**

N

**Salade fraîcheur**

**Saucisson à l'ail**

Plat principal

**Haché de bœuf au piment d'Espelette**

**Paupiette de veau sauce chasseur**

**FERIE**

**Jambon grill\*\***

**Filet de poisson au beurre citronné**

Légume Féculent

**Carottes vapeur**

**Semoule**

**Haricots verts**

**Riz**

Produit laitier

**Crème dessert vanille**

Dessert

**Fruit de saison**

**Mousse au chocolat**

**Fruit de saison**

\* Plats composés

\*\* Sans sauce

Nouveauté



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

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

### Nos salades

Salade racine: carotte, céleri, radis, vinaigrette.

Salade fraîcheur: boulgour, échalote, dés de volaille, poivron, pomme fruit



Les groupes d'aliments :

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Matières grasses cachées

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés



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 19



## Lundi

## Mardi

## Mercredi

## Jeudi

## Vendredi

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

**Betteraves vinaigrette**

**Chili con**

**carné et riz\***

**Maestro vanille**

**Friand au fromage**

**Rôti filet de dinde sauce vallée d'Auge**

**Gratin de choux fleurs**

**Yaourt sucré**



**Victoire seconde guerre mondiale**

N

**Chou rouge grenadine**

**Sauté de porc au paprika**

**Purée**

**Abricots au sirop**

**Salade tricolore**

**Bouchées de cabillaud pané sauce tartare**

**Ratatouille**

**Fruit de saison**

\* Plats composés

\*\* Sans sauce



Nouveauté



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

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

### Nos salades

salade tricolore : pâtes tricolores, dés de tomate, mozzarella, vinaigrette,



Les groupes d'aliments :

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Matières grasses cachées

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés

**comment... POUSSENT LES LÉGUMINEUSES ?**

Les légumineuses sont un sous-groupe de la famille des légumineuses. Elles désignent les plantes récoltées pour leurs grains secs.

**LES POIS CASSÉS**  
Jaunes ou vert pâle, ce sont des petits pois frais qui ont été déshydratés (1). Séchés et débarrassés de leur enveloppe (2). On les mange en soupe ou en purée. Avant de les faire cuire, on les fait tremper dans l'eau pendant une heure au moins.

**LES HARICOTS ROUGES**  
Cette plante donne des gousses renfermant 4 à 12 grains (1). Une fois épluchés, on en récolte les grains. Il faudra les tremper de l'eau avant de les faire cuire. Les haricots rouges ont des haricots secs, comme les haricots blancs (2).

**LA LENTILLE**  
Cette plante donne des fleurs blanches ou bleues. Après floraison, de petites gousses apparaissent, s'écrasant pour donner deux grains (1). On fait sécher les grains avant de les récolter. Vertes, blanches, rouges ou noires, il existe des variétés de lentilles de couleurs et de tailles différentes (2).

**LES POIS CHICHES**  
Cette plante donne des fleurs blanches à violettes (1). Elle produit les gousses renfermant chacune deux grains de pois chiches (2). On les récolte lorsque les gousses ont séché et bruni. Le Cabot, à grosses graines rouges et blanches, est le plus répandu en France.

**INFO +**  
Les légumineuses sont riches en protéines et en glucides complexes. Elles sont considérées comme des féculents.

**Avec les pois chiches et les pois cassés, on peut aussi faire de la farine.**