

Restaurant scolaire

Semaine du 6 au 10 janvier 2020



Lundi

Entrée
Plat principal
Légume Féculent
Produit laitier
Dessert

Potage
Raviolis au bœuf + râpé

Fromage blanc sucré
Galette bretonne

Mardi

Rosette*
Cordon bleu de volaille
Poêlée brocolis et champignon
Croc lait
Fruit

Mercredi

Crêpe au fromage
Omelette
Haricots verts
Carré président
Fruit

Jeudi

Crêpe au fromage
Omelette
Haricots verts
Carré président
Fruit

Epiphanie

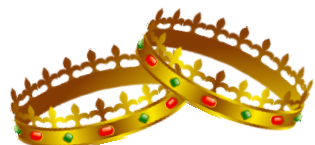
Cœur de scarole
Aiguillette de poulet au jus
Riz
Mont de Lacaune de la Laiterie Fabre
Brioche des rois



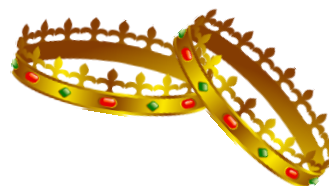
Les groupes d'aliments :



* Présence de porc



L'Épiphanie



A l'épiphanie, la tradition veut que pour le "Jour des rois", nous partageons un gâteau appelé galette. Quel régal !

Selon la région, il s'agit soit d'un gâteau feuilleté à la frangipane soit d'un gâteau brioché. Dans cette galette est dissimulée une fève. Celui qui mange la part contenant la fève est déclaré roi. La coutume veut que le plus jeune de la famille se glisse sous la table pour désigner qui aura quelle part. Ainsi, personne ne peut tricher.

On pose ensuite une couronne sur la tête du roi qui doit alors choisir sa reine (ou le contraire).
Vive le roi ! Vive la reine !



Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.
Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de bœuf est d'origine française.

Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.



Restaurant scolaire

Semaine du 13 au 17 janvier 2020

SEMAINE PRÉSENTÉE PAR LES ENFANTS DE
VILLEMOUSTAUSOU



| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi sans fourchette | |
|--------------------------|--------------------------------|------------------------|------------------------|--------------------------------|---------------------------------|-----------------|
| Entrée | Coleslaw | Potage | | Betterave vinaigrette | Radis beurre | |
| Plat principal | Haché de bœuf au barbecue | Pizza au fromage | | Colin poêlé au beurre + citron | Nuggets de poulet | |
| Légume Féculent | Macaronis | Carottes persillées | | Riz sauce tomate | Potatoes | |
| Produit laitier | Yaourt sucré la Vache Occitane | Vache picon | | Petit suisse arôme | Tome d'Occ La Laiterie Fabre | |
| Dessert | Mousse au chocolat | Compote | | Fruit | Biscuit roulé | |
| Les groupes d'aliments : | Fruits et légumes | Viandes, poissons œufs | Céréales, légumes secs | Matières grasses cachées | Produits laitiers | Produits sucrés |



De quoi sont composées nos sauces ?
Sauce barbecue : épices barbecue, ketchup, oignons, jus de viande.



Vendredi tout est permis!

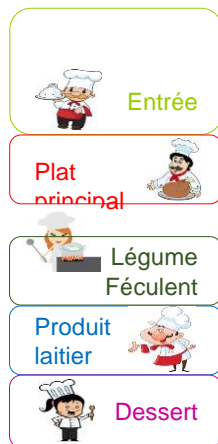
Exceptionnellement, Vendredi vous serez autorisés à manger sans fourchette. Les fourchettes actuelles sont apparues en 1056 en Italie. Elles se sont par la suite répandues en Europe pour être introduites en France, à la Cour, en 1574 (fourchette à deux dents). Aujourd'hui, dans la plupart des pays, nous ne nous passons plus de cet ustensil. Jeudi nous allons faire comme nos ancêtres : manger à la main. Lavez-vous bien les mains avant et après le repas et bon appétit





Restaurant scolaire

Semaine du 20 au 24 janvier 2020



Lundi

Roulé au fromage

Veggi burger

Haricots plats

Flan nappé caramel

Madeleine

Mardi

Carottes râpées vinaigrette

Saucisse* de Toulouse de la charcuterie Antoine

Purée

Camembert

Fruits au sirop

Mercredi

Produit local

Nouvel An Chinois

Nem au poulet

Chop suey

Riz

Samos

Rocher noix de coco

Vendredi

Taboulé

Colin meunière + citron

Choux fleurs persillés

Mont de Lacaune de la Laiterie Fabre

Fruit



Les groupes d'aliments :



* Presence de porc

Le calendrier chinois



L'année 2020 du calendrier chinois débute le vendredi 25 Février. Cette année sera l'année du Rat.

Qu'est-ce que le Chop Suey?

Sauté de dinde cuisiné avec de l'épice thaï, accompagné de ses petits légumes.

Le calendrier chinois est différent du calendrier que nous utilisons tous les jours. Il comporte 12 mois et fait alterner les mois "longs" de 30 jours et les mois "courts" de 29 jours. Cela donne une année de 354 jours (notre calendrier comporte 365 jours). C'est pourquoi la date du nouvel an varie entre fin janvier et fin février de notre calendrier.

Chaque année de ce cycle est représenté par un animal. Des légendes relatent comment les animaux furent choisis. Le plus souvent, la sélection se fait par le biais d'une course sous l'égide de l'Empereur de jade, chef des dieux, ou du Bouddha. Douze animaux seulement se rendirent à cet étrange rendez-vous, et chacun reçut une année en récompense.





Restaurant scolaire

Semaine du 27 au 31 janvier 2019



| | Chandeleur | Autour du sucre... | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|-----------------|--|--|----------|------------------------------|-------------------------|
| Entrée | | | | | |
| Plat principal | Sauté de porc* de la charcuterie Antoine au curry | Haut de cuisse de poulet au jus | | Calamars à la romaine | Gratin de pâtes |
| Légume Féculent | Carottes persillées | Lentilles | | Blé aux oignons | *** |
| Produit laitier | Tome blanche la Laiterie Fabre | Yaourt nature la Vache Occitane | | Croc lait | Gélifié chocolat |
| Dessert | Crêpe | Compote | | Palmier | Fruit |

* Présence de porc

Nos sauces :

Sauce curry : crème fraîche, vin blanc, roux, bouillon, oignon, ail, curry, jus de viande.

LE SUCRE

Mardi on fait attention au sucre !

Savez-vous combien il y a de morceaux de sucre dans un yaourt industriel ? Environ 3 à 4 morceaux soit 15 à 20g de sucre.

Une astuce pour sucrer le yaourt sans rajouter de sucre et de le mélanger à une compote ou de couper des morceaux de fruits à mélanger.!



La Chandeleur !

Le 2 février, c'est la Chandeleur, appelée aussi la Fête des Chandelles. Tous les ans, la tradition veut que l'on cuisine plein de délicieuses crêpes à déguster avec famille et copains. Mais d'où vient cette bonne tradition ?

La Chandeleur se fête le 2 février, soit 40 jours après Noël. A l'origine, à l'époque des Romains, il s'agissait d'une fête en l'honneur du dieu Pan.

Toute la nuit, les habitants parcouraient les rues de Rome en agitant des flambeaux.

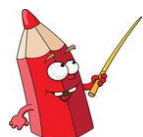
Ensuite, une autre tradition a vu le jour : celle des crêpes. Celui qui retourne sa crêpe avec adresse, qui ne la laisse pas tomber à terre ou qui ne la rattrape pas sous une forme navrante, celui-là aura du bonheur jusqu'à la Chandeleur prochaine. Il ne reste qu'à déguster !! Humm !!!



Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.

Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de boeuf est d'origine française.

Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Potage

Jambon grill*

Gratin dauphinois

Mont de Lacaune de la Laiterie Fabre

Fruit

Crêpe au champignon

Tarte aux légumes

Haricots verts

Suisse arôme

Spéculos

Concombre nature

Poisson pané + citron

Pennes sauce tomate

Vache qui rit

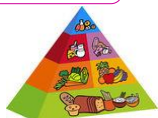
Gaufre liégeoise

Carottes râpées vinaigrette

Couscous au poulet

Yaourt sucré la Vache Occitane

Fruit



Les groupes d'aliments :



* Présence de porc

Pourquoi les carottes sont-elles oranges ?

La carotte telle que la connaissaient nos ancêtres avant les années 1100 était de couleur blanche. Elle était beaucoup consommée par la population mais elle n'avait pas sa place dans les assiettes des rois de l'époque.

Une autre variété de carotte était cultivée en Syrie et possédait des couleurs allant du rouge au violet.

Au 16ème siècle, un botaniste hollandais voulut montrer sa fidélité en faisant un cadeau au Prince d'Orange de la Maison d'Orange, la famille régnante de l'époque. Il procéda à des croisements et des sélections de carottes rouges et de carottes blanches pour finalement obtenir la fameuse couleur orange de la carotte telle que nous la connaissons aujourd'hui.

Comme cette nouvelle espèce était bien plus agréable à manger que son ancêtre blanche, elle se fait une place sur les tables du Prince, avant de s'exporter dans les autres pays puis dans le monde.

