

# Restaurant scolaire

Menus du 03 au 07 janvier



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi végété	Vendredi
Entrée	Rosette*	Ouf dur mayonnaise		Potage	Chou rouge vinaigrette
Plat principal	Raviolinis au poulet	Jambon grill au jus*		Tajine de légumes et pois chiches	Poisson meunière
Légume Féculent	***	Purée de potiron		Semoule	Riz
Produit laitier	Mont de Lacaune Laiterie fabre	Petit suisse aromatisé sucré		Yaourt arôme	Vache qui rit
Dessert	Fruit	Palmier biscuit		Couronne des rois	Fruit

## Les familles d'aliments :

● Viandes, poissons et oeufs
 ● Légumes & fruits
 ● Produits céréaliers, féculents et légumes secs
 ● produits laitiers

Légendes : \* 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 !

### Tajine de légumes et pois chiches

Carottes, navets, courgettes, pois chiches.

### Menus sans viande

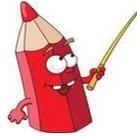
Lundi : Carottes râpées vinaigrette (entrée), tortellinis ricotta épinards.  
Mardi : Nuggets de blé

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.





# Restaurant scolaire

Menus du 10 au 14 janvier



## Lundi

## Mardi

## Mercredi

## Jeudi Végé

## Vendredi

Entrée	Macédoine mayonnaise	Mortadelle*		Salade verte	Céleri rémoulade
Plat principal	Cordon bleu	Haché de bœuf sauce paprika		Gratin dauphinois	Colombo de poisson
Légume Féculent	Purée	Haricot plat		***	Coquillettes
Produit laitier	Edam	Tomme blanche d'Occ Laiterie Fabre		Yaourt sucré la Vache Occitane	Carré frais
Dessert	Maestro chocolat	Madeleine		Fruit	Compote

### Les familles d'aliments :

Viandes, poissons et oeufs

Légumes & fruits

Produits céréaliers, féculents et légumes secs

produits laitiers

Légendes :

\* Présence de porc

### Menus sans viande

Lundi : Poisson pané

Mardi : oeuf dur mayonnaise (entrée), colin sauce paprika



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

Menus du 17 au 21 janvier



**Lundi**

**Mardi végé**

**Mercredi**

**Jeudi sans  
fourchette**

**Vendredi**

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

**Betterave vinaigrette**

**Émincés de volaille CC sauce moutarde**

**Macaronis**

**Flan nappé caramel**

**Spéculos**

Circuit court

**Crêpe au fromage**

**Palet montagnard**

**Lentilles**

**tartare nature**

**Mosaïque de fruit sirop**

VEGETARIEN

**Mercredi**

**Bâtonnet de carotte + stick de mayonnaise**

**Nuggets de poulet**

**Frites**

**Gouda**

**Fruit**

Circuit court

**Salade de blé provençale**

**Veau stogonoff**

**Julienne de légumes**

**Yaourt brassé fraise**  
**La vache occitane**

**Biscuit roulé fraise**

Circuit court

## Les familles d'aliments :

- Viandes, poissons et oeufs
- Légumes & fruits
- Produits céréaliers, féculents et légumes secs
- produits laitiers

Légendes :

\* Présence de porc

### **Jeudi tout est permis!**

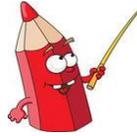
Exceptionnellement, Jeudi vous serez autorisés à manger sans fourchette. Les fourchettes actuelles sont apparues en 1056 en Italie. Elles se sont par la suite répandues en Europe pour être introduites en France, à la Cour, en 1574 (fourchette à deux dents). Aujourd'hui, dans la plupart des pays, nous 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

### Menus sans viande

Lundi : Colin sauce moutarde  
Jeudi : Nuggets de poisson  
Vendredi : Omelette

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 veau est origine UE.

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

Menus du 24 au 28 janvier 2021



**Lundi**

**Mardi**

**Mercredi**

**Jeudi végété**

**Vendredi**

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

<b>Coleslaw mayonnaise</b>	<b>Salade de pâtes</b>		<b>Potage</b>	<b>Rosette*</b>
<b>Rôti de porc CC* au jus</b> <small>Circuit court</small>	<b>Sauté de bœuf sauce marengo</b> <small>Circuit court</small>		<b>Hachis végétarien</b> <small>***</small> <small>Circuit court</small>	<b>Calamars à la romaine</b>
<b>Pommes rosties</b>	<b>Chou vert persillé</b>		<b>Tomme blanche</b>	<b>Epinards béchamel</b>
<b>Petit suisse aux fruits</b>	<b>Chanteneige</b>		<b>Tarte pomme normande</b>	<b>Mont de Lacaune Laiterie Fabre</b> <small>Circuit court</small>
<b>Galette bretonne</b>	<b>Compote</b>			<b>Fruit</b> <small>Circuit court</small>

Les familles d'aliments :

- Viandes, poissons et oeufs
- Légumes & fruits
- Produits céréaliers, féculents et légumes secs
- produits laitiers

Légendes : \* Présence de porc

**Menus sans viande**

Lundi : Poisson court bouillon  
Mardi : Feuilleté au fromage  
Vendredi : Surimi mayonnaise



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.



	Lundi végété	Mardi Nouvel an chinois	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	<b>Œuf dur mayonnaise</b>	<b>Nem au poulet</b>		<b>Salade de riz mexicaine</b>	<b>Salade verte</b>
Plat principal	<b>Ragoût pomme de terre et carottes</b>	<b>Chop Suey</b>		<b>Bâtonnet de poisson pané</b>	<b>Haché de bœuf au curry</b>
Légume Féculent	***	<b>Nouille</b>		<b>haricot vert</b>	<b>Blé</b>
Produit laitier	<b>Emmental</b>	<b>Petit suisse arôme sucré</b>		<b>Yaourt arôme</b>	<b>Tomme d'Occ Laiterie Fabre</b>
Dessert	<b>Fruit</b>	<b>Beignet aux pommes</b>		<b>Fruit</b>	<b>Compote</b>

## Les familles d'aliments :

● Viandes, poissons et oeufs   
 ● Légumes & fruits   
 ● Produits céréaliers, féculents et légumes secs   
 ● produits laitiers

Légendes : \* Présence de porc

## Le calendrier chinois

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

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.

### Menus sans viande

Mardi : Salade de choux chinois (entrée), Chop de suey de poisson  
Vendredi : Poisson sauce curry

### Qu'est-ce que le Chop Suey?

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



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

Menus du 07 au 11 février



## Un Vendredi en Inde

Raïta de concombre

Poulet façon Tandoori

Riz

Flan nappé caramel

Rocher noix de coco

### Lundi

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Mortadelle\*

Sauté de veau au romarin

Chou fleur persillé

Yaourt sucré fermier  
La vache occitane

Gâteau basque

Circuit court

### Mardi

Carottes râpées vinaigrette

grignottes de porc\*  
sauce fermière

Purée de pomme de terre

Carré frais

Mousse au chocolat



### Mercredi

### Jeudi végété

Pizza

Légumes à l'orientale

Semoule

Mont de Lacaune  
Laiterie Fabre

Fruit



Circuit court

Circuit court

## Les familles d'aliments :

● Viandes, poissons et oeufs

● Légumes & fruits

● Produits céréaliers, féculents et légumes secs

● produits laitiers

Légendes :

\* Présence de porc

### Menus sans viande

Lundi : oeuf dur mayonnaise (entrée), Poisson sauce romarin

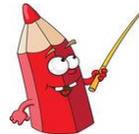
Mardi : Galette végétarienne

Vendredi : Poisson façon tandoori



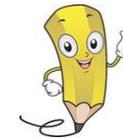
Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de veau est origine UE.

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

Menus du 14 au 18 février



**Lundi**

**Mardi végétarien**



**Mercredi**

**Jeudi**



**Vendredi**

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

<b>Salade de pâtes</b>	<b>Potage</b>		<b>Céleri rémoulade</b>	<b>Cœur de scarole</b>
<b>Cordon bleu</b>	<b>Tortellinis bio* pomodora</b>		<b>Colin meunière</b>	<b>Cassoulet* (charcuterie Antoine)</b>
<b>Brocolis</b>	***		<b>Poêlée du marché</b>	***
<b>Petit suisse arôme sucré</b>	<b>Carré ligueil à la coupe</b>		<b>Vache qui rit</b>	<b>Gouda</b>
<b>Madeleine</b>	<b>Fruit</b>	<b>Circuit court</b>	<b>Fruit</b>	<b>Compote</b>

## Les familles d'aliments :

- Viandes, poissons et oeufs
- Légumes & fruits
- Produits céréaliers, féculents et légumes secs
- produits laitiers

Légendes :

\* Présence de porc

\*Issu de l'agriculture biologique

### Menus sans viande

Lundi : Poisson pané

Vendredi : Nuggets de blé et haricot lingot



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 veau est d'origine UE.

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.