

# RESTAURANT SCOLAIRE

## Menus du mardi 3 au vendredi 13 janvier 2012

Bon appétit !



Semaine 1 (5é.5j)

	<b>Entrée</b>
	<b>Plat principal</b>
	<b>Légume Féculent</b>
	<b>Produit laitier</b>
	<b>Dessert</b>

**LUNDI**  
2 janvier 2012

**BONNE ANNÉE**

**MARDI**  
3 janvier 2012

Céleri rémoulade

Sauté de porc

Torsades

Camembert

Fruit

**MERCREDI**  
4 janvier 2012

**JEUDI**  
5 janvier 2012

Taboulé

Curry de volaille

Gratin de courgettes

Yaourt sucré

Cocktail de fruits

**VENDREDI**  
6 janvier 2012

Carottes râpées

Dos de colin à l'armoricaine

Riz

Président calcium

Galette des rois



L'orange est le fruit incontournable de l'hiver. Prix modique et valeur nutritionnelle remarquable, c'est le fruit familial par excellence. Consommer une orange chaque jour permettrait de lutter naturellement contre la fatigue pendant les mois les plus froids. Pressée, ajoutée dans les salades ou dégustée nature, elle permet de compenser la baisse de consommation de crudités, l'hiver. Avec la pomme et la banane, les oranges font partie des fruits les plus consommés en France. Originaires d'Asie, elles ont été introduites en Europe à la fin du Moyen Âge. D'abord produites en Provence et en Italie jusqu'au XIXe siècle, elles sont devenues aujourd'hui une spécialité de l'Espagne, du Maroc, de la Tunisie et d'Israël.

Bien que les oranges se gardent fort bien à température ambiante, les placer dans le bac à légumes du réfrigérateur améliore leur conservation, sans risque de déshydratation. Préférez les oranges non traitées après récolte. Choisissez les fruits en fonction de leur destination: le jus ou la table. Les oranges à jus sont acidulées et juteuses, les fruits de table, plus doux, plus sucrés et plus faciles à peler. Si les oranges se conservent relativement bien à l'air ambiant (environ 1 semaine) vous pourrez en prolonger la fraîcheur quelques jours supplémentaires en les plaçant dans le bac à légumes du réfrigérateur (soit environ 10 jours).

Semaine 2 (5é.5j)

	<b>Entrée</b>
	<b>Plat principal</b>
	<b>Légume Féculent</b>
	<b>Produit laitier</b>
	<b>Dessert</b>

**LUNDI**  
9 janvier 2012

Betteraves ciboulette

Bœuf bourguignon

Semoule

Vache qui rit®

Mousse au chocolat

**MARDI**  
10 janvier 2012

Crêpe au fromage

Poulet

Petits pois et carottes

Suisse

Fruit

**MERCREDI**  
11 janvier 2012

**JEUDI**  
12 janvier 2012

Velouté de légumes maison

Brandade

\*\*\*\*\*

Yaourt aromatisé

Fruit

**VENDREDI**  
13 janvier 2012

Coquillettes monégasques

Chipolatas

Poêlée de légumes

Tome noire

Fruit

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés

Matières grasses cachées

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

Salade alaska : riz, maïs, carottes, surimi, mayonnaise, vinaigrette  
Coquillettes monégasques: coquillettes, thon, tomates, mayonnaise

**Nos sauces (plats sans sauce \*\*)**

Sauce à l'armoricaine : Fumet, tomate, vin blanc concentré, tomate, roux, assaisonnement

**Pour votre information**

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

Occitanie Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002.

# RESTAURANT SCOLAIRE

## Menus du lundi 16 au vendredi 27 janvier 2012

Bon appétit !



Semaine 3 (5é.5j)

Entrée
Plat principal
Légume Féculent
Produit laitier
Dessert

LUNDI 16 janvier 2012
Salade verte + fromage
Rôti filet de dinde sauce forestière
Gnocchis
Vache Picon
Compote de pommes

MARDI 17 janvier 2012
Blé au surimi
Sauté de bœuf
Gratin de choux fleurs
Flan nappé caramel
Fruit

MERCREDI 18 janvier 2012

JEUDI 19 janvier 2012
Salade "chopska"
Porkolt(Goulasch de porc)
Pommes rosties
Yaourt brassé
Roulé cacao

VENDREDI 20 janvier 2012
Concombres
Poisson pané
Haricots verts / carottes
Gouda
Semoule au lait

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés

Matières grasses cachées



Le **handball** est un sport collectif où deux équipes de 7 joueurs s'affrontent avec un ballon sur un terrain rectangulaire séparé en deux camps. Le nom est un emprunt de l'allemand: *die hand* - « la main » et *der ball* - « la balle », mot prononcé comme en français. Le but du jeu est de faire rentrer le ballon dans le but adverse plus de fois que son adversaire. Le principe est de dribbler avec le ballon ou de faire une passe à un coéquipier. Une fois qu'il a le ballon en main, le joueur peut avancer en dribblant mais ne peut effectuer que 4 appuis (3 pas) sans dribbler et ne peut garder le ballon plus de trois secondes s'il reste immobile.

Le **championnat d'Europe de handball** réunit tous les deux ans depuis 1994 les meilleures équipes masculines d'Europe. Le tenant du titre est l'équipe de France (champion d'Europe en 2010). L'équipe de France, surnommée **les Experts depuis 2008**, est constituée par une sélection des meilleurs joueurs français sous l'égide de la fédération française de Handball. Il s'agit de l'une des sélections les plus victorieuses sur le plan international avec un titre olympique, quatre titres mondiaux et deux titres européens. Elle est l'actuelle détentrice des titres olympique, mondial et européen, un fait unique dans l'histoire du handball masculin.

Semaine 4 (5é.5j)

Entrée
Plat principal
Légume Féculent
Produit laitier
Dessert

LUNDI 23 janvier 2012
Pâtes à la Toscane
Paupiette de veau
Epinards
Emmental
Crème dessert vanille

MARDI 24 janvier 2012
Pâté de campagne
Colin du Pacifique à la crème de poivrons rouge
Semoule
Yaourt aromatisé
Fruit

MERCREDI 25 janvier 2012

JEUDI 26 janvier 2012
Potage
Hachis Parmentier
*****
Petit suisse sucré
Fruit

VENDREDI 27 janvier 2012
Salade des tropiques
Aiguillettes de poulet **
Légumes tajine
Fraidou
Beignet

### Nos salades et plats composés \*

Salade Chopska : betteraves, cube de tomate, céleri râpé  
 Salade des tropiques : ananas, maïs, thon, thon, vinaigrette  
 Pâtes à la Toscane : Pâtes, dés dinde, tomates cubes, herbe de provence, vinaigrette

### Nos sauces (plats sans sauce \*\*)

Sauce forestière: oignons, champignons, fond, roux, crème  
 Crème poivrons rouge: fumet, poivrons, crème, assaisonnement, roux

### Pour votre information

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

Occitanie Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002.

# RESTAURANT SCOLAIRE

## Menus du lundi 30 janvier au vendredi 10 février 2012



Semaine 5 (5é.5j)

	<b>Entrée</b>
	<b>Plat principal</b>
	<b>Légume Féculent</b>
	<b>Produit laitier</b>
	<b>Dessert</b>

LUNDI 30 janvier 2012
Céleri rémoulade
Lentilles à la berrichonne * (rôti de porc)
Fondu les fripons
Compote aux deux fruits

MARDI 31 janvier 2012
Friand au fromage
Steak de colin à la catalane
Coquillettes
Yaourt
Fruit



JEUDI 2 février 2012
Surimi
Burger de bœuf sauce normande
Haricots verts
Edam
Crêpe chocolat

VENDREDI 3 février 2012
Salade aux crotons
Knacks
Purée de carottes
Fromage blanc
Fruit

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons œufs
- Céréales, légumes secs



Semaine 6 (5é.5j)

	<b>Entrée</b>
	<b>Plat principal</b>
	<b>Légume Féculent</b>
	<b>Produit laitier</b>
	<b>Dessert</b>

LUNDI 6 février 2012
Salade Capri
Goulash hongroise
Petits pois
Camembert
Maestro chocolat

MARDI 7 février 2012
Betteraves aux pommes
Poisson pané
Ratatouille et Riz
Président calcium
Eclair



JEUDI 9 février 2012
Velouté de légumes maison
Cassoulet
*****
Saint Paulin
Fruit

VENDREDI 10 février 2012
Pizza
Cordon bleu
Choux-fleurs
Suisse
Fruit

- Produits laitiers
- Produits sucrés
- Matières grasses cachées

### Nos salades et plats composés\*

Salade capri : pâtes, dés jambon et tomates, mayo, vinaigrette

### Nos sauces (Plats sans sauce\*\*)

Sauce catalane: tomate, fond, vin blanc, oignons, roux, assaisonnement, herbes

### Pour votre information

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

Occitanie Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002.