

Semaine 42 (5é.)

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Lundi

Salade bulgare

Boulette de bœuf et son ingrédient mystère (1)

Pommes paillasson

Camembert

Mousse au chocolat

Mardi

Macédoine de légumes

Sauté de dinde au curry et (2)

Tortis

Crème dessert vanille

Fruit

Mercredi

Taboulé à la (3)

Mignonettes d'agneau sauce tomate

Poêlée façon tajine

Rondelé nature

Fruit

Jeudi

Crêpe au fromage

Aiguillettes de saumon façon sauce tartare

Carottes sautées au (4)

Bûchette mi-chèvre

Fruit

Vendredi

Salade verte au fromage et aux noix

Jambon grill**

Purée de céleri à la crème fraîche

Fromage frais sucré

Pâtisserie



Cuisiné par le chef



Nouveauté



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

Nos salades et plats composés (*)

Salade bulgare : Concombre cube, carotte cube, sauce bulgare

Macédoine de légumes : haricot vert, flageolet, petit pois, carotte, navet

Salade verte au fromage et aux noix: salade, emmental, noix, vinaigrette.

Taboulé à la menthe : Semoule de blé, tomate, poivron, citron, oignon, menthe, vgtte



Les groupes d'aliments :

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Matières grasses cachées

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés

Bon appétit !

La mystérieuse semaine des saveurs: un jour = une saveur à retrouver

(1) Ses graines fournissent une épice, ses feuilles une herbe aromatique parfois appelées autrement -cilantro, persil arabe, persil mexicain ou persil chinois: la coriandre

(2) Liquide laiteux préparé à partir de pulpe de noix de coco râpée (fruit du cocotier): lait de coco

(3) Elle peut s'utiliser en infusion (rafraîchissante l'été et réconfortante l'hiver) et donne toute sa personnalité dans la salade du jour: la menthe

(4) Répandu sous la forme de petites graines séchées, de couleur brun clair. Provient d'une plante de la famille des ombellifères et connu pour son odeur un peu entêtante et son goût épicé, amer et aromatique: le cumin



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.

