



Semaine 4

(5é.)



Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

**Lundi**

Saucisson à l'ail

**Emincé de volaille au paprika**

Gratin de choux fleurs

**Fraidou**

Fruit de saison

**Mardi**

Betteraves

**Hoki poêlé au beurre**

Coquillettes

Compote

**Mercredi**

Salade camarguaise (Riz AB)

Merguez douces \*\*

Ratatouille

Fruit de saison

**Jeudi**

Carottes râpées au citron

Cordon bleu\*

Bâtonnière de légumes aux haricots plats

Tarte aux pommes

**Vendredi**

Macédoine de légumes

**Paupiette de veau sauce forestière**

Purée

Petit suisse

Fruit de saison

\* Plats composés

\*\* Sans sauce



Nouveauté



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

## Nos salades et plats composés (\*)

**Salade camarguaise** : riz, surimi, concombre, maïs, carotte, vinaigrette

**Macédoine de légumes** : haricots verts, flageolets, petits pois, carotte, navet, mayonnaise



## CHOUX-FLEURS

Famille des crucifères



Le chou-fleur est originaire du Proche-Orient, où on le récoltait déjà il y a plus de 2000 ans (le chou-fleur était cultivé en Égypte 400 ans avant notre ère). Très apprécié dans l'Antiquité par les Grecs et les Romains. Il tombe dans l'oubli avant que les Italiens ne l'introduisent en France et que le jardinier de Louis XIV, La Quintinie, ne le mette à la mode. Au 17ème siècle, enfin, la multiplication de sa culture, par semis, se développe. C'est grâce à Louis XV que sa notoriété s'est vue assurée.

Comme il en était très friand, toutes sortes de préparations à base de ce légume ont été mises au point, sous l'appellation « à la du Barry », en hommage à l'une de ses favorites.



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.

