



Restaurant scolaire

Menus du lundi 10 juin au vendredi 14 juin 2019

Membre de



Semaine 24
(5é.)



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



Lundi

LUNDI DE PENTECOTE



Mardi

Salade tricolore

Blanquette de volaille

Carottes vapeur

St Paulin

Mousse au chocolat

LR

Nouveauté



Mercredi

Demi pamplemousse

Emincé de bœuf race à viande

Coquillettes

Bûchette au chèvre

Purée de poire

Jeudi

Œuf mayonnaise

Dos de colin sauce beurre blanc

Purée d'épinards

Yaourt sucré

Fruit de saison

Vendredi

Pommes de terre au thon

Mugget's bacon fromage et dosette de ketchup

Jardinière de légumes

Rondelé nature

Fruit de saison

Pilon LR

* Plats composés
** Sans sauce



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

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale est en bénéf

Nos salades

Salade tricolore: pâtes tricolores, dés de tomate, mozzarella, vinaigrette



Les groupes d'aliments :

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons œufs
- Matières grasses cachées
- Céréales, légumes secs
- Produits laitiers
- Produits sucrés



VEGETARIEN

Le régime végétarien exclut la consommation de toute sorte de viande. Contrairement à une idée répandue, la viande de poisson est considérée comme une viande à part entière : un vrai végétarien ne consomme donc pas de poisson, ni aucun fruit de mer.

VEGETALIEN

Comme les végétariens, les végétaliens ne consomment pas de viande (rouge, blanche, poisson, fruits de mer). Mais contrairement à eux, ils ne consomment aucun produit d'origine animale, et ont donc fait une croix sur les oeufs, le fromage, le lait et même le miel (produit par les abeilles).

VEGAN

Le régime vegan est le même que le régime végétalien, mais les personnes adoptant un mode de vie vegan refusent tout produit d'origine animale, non seulement dans leur alimentation, mais dans leur vie en général. Ainsi les vegan n'achètent pas de vêtements en cuir ou en fourrure.

PESCETARIEN

Peu connu, le régime pescetarien est fréquemment confondu avec le régime végétarien. En réalité, les pescetariens ne consomment certes pas de viande rouge ni de viande blanche, mais mangent du poisson et des fruits de mer. Le terme tire en effet son origine du latin « piscis », qui signifie « poisson ».

FLEXITARIEN

Le régime flexitarien concerne les personnes qui adoptent un régime végétarien la plupart du temps mais qui s'autorisent des écarts, en mangeant de la viande ou du poisson, de temps en temps. Le flexitarisme peut également correspondre à une phase de transition pour les personnes passant d'une alimentation carnivore à une alimentation végétarienne.

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.

