

Restaurant scolaire ROHAN

du 4 au 8 Janvier 2016

Semaine n° 1

Plan Alimentaire 1	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u>VENDREDI</u>
Entrée	Crêpe au fromage	Jus de pomelos		Carottes râpées	Potage de légumes
Plat principal	Escalope de dinde au jus	Steak haché sauce western		Rôti de porc au jus	Blanquette de poisson
Accompagnement	Choux fleurs et pdt	Purée de pdt		Purée de céleri	Semoule
Produit laitier					Yaourt aromatisé
Dessert	Fruit (clémentines)	Flan nappé caramel		Galette des rois	

Info de la semaine

BONNE ANNEE 2015 !
Jeudi, on fête l'Epiphanie : celui ou celle qui aura la fève sera le roi ou la reine!

Compositions des plats

Semaine n° 2

du 11 au 15 Janvier 2016

Plan Alimentaire 2	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u>VENDREDI</u>
Entrée				Salade verte fromagère	Salade coleslaw
Plat principal	Colombo de porc	Colin meunière citron		Omelette	Sauté de bœuf aux oignons
Accompagnement	Riz pilaf	Julienne de légumes		P. de terre rissolées	Carottes braisées
Produit laitier	Plateau de fromages	Yaourt nature sucré			
Dessert	Crème dessert vanille	Fruit (poire)		Eclair chocolat	Glace petit pot

Info de la semaine

le manège des couleurs
Jeudi, en route pour un petit tour de manège Jaune !

Compositions des plats

salade coleslaw : choux blancs, carottes

En souligné les fruits et légumes frais de saison, fruit indiqué servi selon sa disponibilité

Restaurant scolaire ROHAN

du 18 au 22 Janvier 2016

Semaine n° 3

Plan Alimentaire 3	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	P. de terre échalote et tomate			Betteraves vinaigrette	Potage de légumes
Plat principal	Cordon bleu de volaille	Sce bolognaise		P. de terre à la savoyarde	Filet de colin sauce normande
Accompagnement	Haricots verts	pâtes tortis		***	Julienne de légumes
Produit laitier		Plateau de fromages			
Dessert	Fruit (clémentines)	Liégeois vanille		Compote de pommes	Fruit (banane)



La Clémentine est le fruit du clémentinier. Cet arbre, de la famille des agrumes, mesure entre 4 et 6 mètres de haut. Il pousse dans les régions ensoleillées du pourtour méditerranéen.

Semaine n° 4

du 25 au 29 Janvier 2016

Plan Alimentaire 4	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Friand fromage			Salade verte	Saucisson à l'ail
Plat principal	Poulet rôti	Saucisse de Toulouse		Hachis parmentier	Hoki poché citron
Accompagnement	Petits pois	Lentilles		***	Brocolis et pdt
Produit laitier	Yaourt aromatisé	Coulommiers			
Dessert		Flan nappé caramel		Ile flottante	Fruit (pomme)




Faisons des Choux nos couchous!
Légumes d'hiver par excellence, n'hésitez pas à les découvrir : chou chinois, choux de bruxelles, chou-fleur, brocolis, chou rouge...

Restaurant scolaire ROHAN



Semaine n° 5

du 1er au 5 Février 2016

Plan Alimentaire 5	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u>VENDREDI</u>
Entrée	Macédoine de légumes			Salade verte fromagère	
Plat principal	Filet de dinde rôti à la moutarde	Filet de colin sauce crevettes		Sauté de bœuf	Jambon sauce chasseur
Accompagnement	Boullgour	pomme de terre		Carottes braisées	Haricots verts
Produit laitier	Yaourt nature sucré	Plateau de fromages			Fromage frais sucré
Dessert		Crêpe de la Chandeleur 		Mousse au chocolat	Fruit (banane)

Info de la semaine



LE SAIS-TU ?
La chandeleur, autrefois "Chandeleuse", se fête le 2 février, soit 40 jours après Noël. Son nom vient du mot "chandelle"

Compositions des plats

