

Restauration municipale Menus de Avril 2024

	semaine 14	semaine 15	semaine 16	semaine 17	semaine 18
	01-avr	08-avr	15-avr	22-avr	29-avr
LUNDI	Férié	Sans viande et sans poisson Soupe de légumes (7) Mijotée de légumes et légumineuses Brie (7) BIO Ananas	Sans viande et sans poisson Œuf mayonnaise (3-10) Moussaka (7) Salade (10) Saint Nectaire (7) Pomme BIO	Menus accueil de loisirs Salade Arlequin (7-10) Poulet rôti Haricots verts Crêpe (1-3-7) BIO Crème glacée duo délichoco (3-7)	Menus accueil de loisirs Betteraves à l'échalote (10) Pâtes BIO (1) Carbonara (7) Coulommiers (7) Pomme
	02-avr	09-avr	16-avr	23-avr	30-avr
MARDI	Rillettes du Mans et cornichons Filet de poisson meunière (1-4-7) Purée de légumes (7-9) Emmental BIO (7) Poire	Salade de coquillettes, jambon et emmental (1-3-7-10) Goulash de bœuf BIO Légumes anciens BIO Banane	Salade verte, tomate, maïs (10) Poisson frais (4-7) Brocolis BIO Petit suisse (7) Gâteau yaourt et pépites de chocolat (1-3-7)	Salade Marco Polo (1-2-3-4-10) Sauté de porc au curry Trio de légumes BIO St Nectaire (7) Kiwi	Concombre BIO à la crème (7) Poisson meunière (1-4-7) Petits pois Port Salut (7) Tarte Normande (1-3-7)
	03-avr	10-avr	17-avr	24-avr	01-mai
MERCREDI	Salade Hollandaise (1-3-7-10) Boulette de bœuf BIO (1-7) Lentilles Glace (1-6-7)	Bruschetta (1-7) Escalope de poulet à la crème (7) Carotte vichy BIO Crème dessert à la vanille (7)	Salade multicolore (10) Lasagne saumon épinards chèvre (1-4-7) Babybel BIO (7) Salade de fruit frais	Salade maïs et tomates (10) Bœuf stroganoff (7) BIO Pommes de terre Yaourt (7)	Férié
	04-avr	11-avr	18-avr	25-avr	02-mai
JEUDI	Sans viande et sans poisson Betteraves vinaigrette (10) Lasagnes de légumes (1-7) Yaourt au Citron BIO (7)	Taboulé de choux fleur (10) Lapin à la moutarde (7-10) Céréales gourmandes BIO (1-6) Mimolette (7) Compote de poires	Betteraves vinaigrette (10) Paëlla (14) poulet BIO Valencienne Fromage blanc (7) Fraise	Sans viande et sans poisson Bâtonnets de légumes crème ciboulette (7) Pizza du Sud (1-7) Salade verte BIO (10) Flan nappage caramel (7)	Sans viande et sans poisson Salade de pommes et mimolette (7-10) Omelette BIO (3) Salade (10) Chaussée aux moines (7) Cubes de poires cuites
	05-avr	12-avr	19-avr	26-avr	03-mai
VENDREDI	Salade carnaval (10) Navarin d'agneau et sa garniture printanière BIO Plateau de fromages (7) Tarte Tatin (1-3-7)	Radis beurre (7) Poisson frais (4) Epinards à la crème (7) Plateau de fromages (7) Petit pot caramel BIO (7)	Carottes râpées BIO (10) Sauté de veau à l'italienne Frites Plateau de fromages (7) Glace (6-7-8)	Nems de légumes (1-9) Poisson frais beurre d'orange (4-7) Ratatouille Camembert BIO (7) Orange	Radis BIO beurre (7) Veau à l'estragon (7) Semoule aux épices (1-9) Fraise Melba Crème glacée bicolore (3-7)

Toutes nos viandes sont d'origine Française cependant selon les approvisionnements, elles peuvent être d'origine UE.

Liste des 14 allergènes : 1-Gluten, 2-Crustacés, 3-œufs, 4-Poisson, 5-Arachides, 6-Soja, 7-Lait, 8-Fruits à coque, 9-céleri, 10-Moutarde, 11-Sésame, 12-Sulfites, 13-Lupins, 14-Mollusques.

Sous réserve des approvisionnements

RECETTE DU MOIS: LA MOUSSAKA

1 kg d'aubergines, 1 gros oignon, 500 g de viande hachée (bœuf ou mouton), 4 tomates fraîches, 75 cl de béchamel, Huile d'olive, 100 g de fromage râpé, 1 noix de beurre, sel et poivre

Préparation : Couper les aubergines en fines rondelles, saupoudrer de sel et de poivre et laisser reposer pendant une demi-heure. Faire blondir l'oignon dans un peu d'huile d'olive, ajouter le hachis de viande. incorporer les tomates épépinées et coupées en dés. Saler et poivrer. Laisser mijoter à couvert pendant environ 30 minutes. Pendant la cuisson de la viande, rincer les aubergines. Graisser un plat à gratin et tapisser le fond du plat avec la moitié des aubergines. Couvrir avec le mélange de viande et de tomates. Terminer le montage avec une couche d'aubergines. Faire la sauce béchamel, ajouter les 2/3 du fromage râpé. Napper les aubergines de ce mélange puis saupoudrer avec le reste du fromage. Cuire à four moyen (180°C) pendant environ 45 minutes jusqu'à ce que le gratin soit bien doré.

