

Restaurant scolaire Kerprat - GUIDEL

du 4 au 8 Janvier 2016

Semaine n° 1

Plan Alimentaire 1	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Entrée	Carottes râpées vinaigrette	Salade de riz au surimi	Salade verte aux agrumes	Salade d'endives fromagère	Potage de potiron
Plat principal	Cordon bleu	Bœuf bourguignon	Couscous de poisson	Moc'hyz à la mexicaine sauce tomate	Filet de poisson sauce beurre blanc
Accompagnement	Macaronis	Haricots verts	Yaourt aromatisé	Ratatouille et riz	Pommes vapeur persillées
Produit laitier	Vache qui rit	Fromage blanc sucré	Yaourt aromatisé	Rondelé ail et fines herbes	Emmental
Dessert	Compote de pommes	Clémentines	Cocktail de fruits au sirop	Galette des rois	Pomme

Info de la semaine

BONNE ANNEE 2016 !
Jeudi, on fête l'Epiphanie : celui ou celle qui aura la fève sera le roi ou la reine!

Compositions des plats

Moc'hyz à la mexicaine : chair à saucisse, haricots rouges, épices chili

Viande d'origine Française

ette alternative ANSAMBLE




Semaine n° 2

du 11 au 15 Janvier 2016

Plan Alimentaire 2	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Entrée	Salade de pâtes tricolore	Salade verte mêlée	Taboulé	Potage de légumes	Pomelos
Plat principal	Poulet rôti	Pommes de terre à la savoyarde	Rôti de porc au jus	Steak haché ketchup maison	Poisson sauce curry
Accompagnement	Petits-pois à la française	Galette bretonne	Haricots beurre	Coquillettes	Riz coloré
Produit laitier	Fromage frais aux fruits	Galette bretonne	Yaourt nature sucré	Fondu président	Gouda
Dessert	Kiwi	Compote tous fruits	Clémentines	Poire	Moelleux à l'ananas

Info de la semaine

le manège des couleurs

Vendredi, en route pour un petit tour de manège jaune !

Compositions des plats

Salade mêlée: salade, croutons, maïs

Viande d'origine Française




Restaurant scolaire Kerprat - GUIDEL

du 18 au 22 janvier 2016

Semaine n° 3

Plan Alimentaire 3	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Entrée	Betteraves vinaigrette 	Pizza	Chou rouge vinaigrette	Potage de potiron	Carottes râpées 
Plat principal	Saucisse	Emincé de bœuf au paprika	Emincé de dinde à la Normande	Poisson pané	Lasagne bolognaise
Accompagnement	Lentilles	Haricots verts 	Riz aux petits légumes	Epinards béchamel et p. de terre	Salade verte
Produit laitier	Coulommiers	Rondelé	Kiri	Yaourt nature sucré 	Edam
Dessert	Liégeois vanille	Banane	Eclair au chocolat	Clémentines	Compote de pommes

Info de la semaine

La betterave :
Crue, cuite, mixée en potage ou purée, la betterave se déguste de mille façons !

Compositions des plats

Viande d'origine Française




Semaine n° 4

du 25 au 29 janvier 2016

Plan Alimentaire 4	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Entrée	Pâté de campagne 	Velouté de carottes 	Macédoine de légumes mayonnaise	Piémontaise	Salade verte
Plat principal	Poisson sauce maltaise	Escalope de volaille	Quiche lorraine	Rôti de porc 	Steak haché
Accompagnement	Boulgour	Purée de pommes de terre	Salade verte	Gratin de choux-fleurs	Frites
Produit laitier	Emmental	Vache qui rit	Tomme Blanche	Fromage blanc 	Saint-Morêt
Dessert	Pomme 	Far Breton 	Banane	Kiwi	Entremets caramel 

Info de la semaine

Compositions des plats

Viande d'origine Française




Restaurant scolaire Kerprat - GUIDEL

du 1er au 5 Février 2016

Semaine n° 5

Plan Alimentaire 5	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Carottes râpées au maïs	Salade d'endives	Œuf dur mayonnaise	Potage de légumes	Betteraves vinaigrette
Plat principal	Gratin de pâtes	Bœuf mode	Filet de dinde rôti	Tajine de légumes aux abricots secs	Hachis parmentier
Accompagnement	à la parisienne	Riz pilaf	Haricots beurre	Semoule aux pois chiches	Salade verte
Produit laitier	Chanteneige	Fondu président	Brie	Edam	Yaourt nature sucré
Dessert	Mousse au chocolat	Crêpe de la chandeleur	Banane	Poire	Clémentines

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

Viande d'origine Française

Semaine n° 6

du 8 au 12 Février 2016

Plan Alimentaire 1	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI-GRAS</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Salade mêlée	Carottes râpées	Salade italienne	Taboulé	Potage Dubarry
Plat principal	Parmentier de bœuf au potiron	Poulet rôti	Poisson pané citron	Moc'hyz à l'indienne sauce tomate	Paëlla de poisson
Accompagnement	***	Petits pois à la française	Epinards béchamel/P. de terre	Haricots verts	***
Produit laitier	Camembert	Gouda	Yaourt aromatisé	Rondelé	Bûchette mi-chèvre
Dessert	Flan nappé caramel	Beignet aux pommes	Kiwi	Banane	Poire

Info de la semaine

A MARDI-GRAS, c'est carnaval, n'oublie pas ton déguisement!

Compositions des plats

Salade italienne: pâtes, tomates, olives, poivrons /
Salade mêlée : salade, maïs, croûton

Viande d'origine Française

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

Restaurant scolaire Kerprat - GUIDEL



Semaine n° 7

du 15 au 19 février 2016

Plan Alimentaire 2	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Entrée	Taboulé	Salade comtesse	Betteraves vinaigrette	Feuilleté au fromage	Velouté de poireaux
Plat principal	Cordon bleu de volaille	Colombo de porc 	Couscous aux boulettes d'agneau	Rôti de bœuf	Poisson sauce crustacés
Accompagnement	Gratin de choux-fleurs/P. de terre	Riz pilaf	***	Purée de céleri	Penne regate
Produit laitier	Yaourt nature sucré	Entremets vanille	Fromage blanc sucré	Brie	Emmental
Dessert	Pomme	Galette St Michel	Poire	Banane	Kiwi

Info de la semaine

Le kiwi:
Pour finir l'hiver en forme, mange ce fruit riche en vitamine C ! Et pourquoi pas au petit-déjeuner : tonus assuré pour la journée !

Compositions des plats

Salade comtesse : salade, tomate, emmental, maïs

Viande d'origine Française

