



RESTAURANT SCOLAIRE - ARC SUD BRETAGNE



Faim de loup ou Appétit de Moineau ? Demande la quantité que tu souhaites !

Menus du
26 au 30 septembre 2022

Hors d'œuvre

- Macédoine de légumes
- Céleri lardons tomates

- Radis beurre
- Crêpe au fromage

MOUSSE AU CHOCOLAT

- 🕒 20 min Facile
- 📍 Bon marché

Ingrédients pour 4 personnes :
3 oeufs, 100 g de chocolat (noir ou au lait), 1 sachet de sucre vanillé

Préparation :

1. Séparer les blancs des jaunes d'œuf.
2. Faire fondre le chocolat dans une casserole au bain-marie.
3. Hors du feu, incorporer les jaunes et le sucre.
4. Batta les blancs en neige ferme et les ajouter délicatement au mélange à l'aide d'une spatule.
5. Verser dans une terrine ou des verrines et mettre au frais 1 heure ou 2 minimum.
6. Décorer de cacao ou de chocolat râpé



Jeudi

- Concombre vinaigrette
- Salade César

- Poisson pané au citron frais
- Filet de poisson sauce crustacé

- Julienne de légumes*
- Semoule

- Yaourt nature

- Semoule au lait au coulis de fruits rouges ou riz au lait
- Fruit de saison

* Courgettes, carottes, céleri rave, crème, ail.

- Concombres vinaigrette
- Poisson pané au citron frais
- Julienne de légumes*
- Tome noire
- Semoule au lait au coulis de fruits rouges ou riz au lait

Vendredi

- Pastèque
- Salade ananas et cœur de palmier

- Ty Pavégétal Estival*
- Samoussa aux légumes

- Salade vinaigrette balsamique
- Riz créole

- Vache qui rit

- Gâteau d'anniversaire
- Fruit de saison

* pois chiche, lentilles corail, boulgour, courgettes, tomates, oignons, farine, œufs

- Pastèque
- Ty Pavégétal estival*
- Salade vinaigrette balsamique
- Vache qui rit
- Gâteau d'anniversaire

Plat chaud et garnitures

- Lasagnes au bœuf
- Cuisse de poulet rôti
- Salade verte
- Poêlée de légumes

- Gratin Dauphinois
- Côte de porc
- au jambon
- Épinard

Produit laitier

- Fromage blanc fermier

- Cantal

Desserts

- Mousse au chocolat
- Fruit de saison

- Cocktail de fruits au sirop
- Fruit de saison

Le menu équilibré pour tous

Menu servi de la Maternelle au CE2

- Macédoine de légumes
- Lasagnes au bœuf
- Salade verte
- Fromage blanc fermier
- Fruit de saison

- Radis beurre
- Gratin Dauphinois
- au jambon
- Cantal
- Cocktail de fruits au sirop

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré

- Viande, poisson, œuf
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



☑ **Cuisine maison** : Armonys Restauration vous informe que les viandes entières de porc, de bœuf, de veau et de volaille sont 100% françaises. Les repas sont préparés maison et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de produits frais. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

☑ **Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.