OCCITANIE RESTAURATION — AU CŒUR DU TERROIR

Restaurant scolaire

Menus du Lundi 4 au 8 Septembre 2017

Bon appétit !

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi Basque	Vendredi
Entrée	Tomate croque sel (Circuit court)	Céleri rémoulade		Jambon sec*	Crêpe au fromage
Plat principal	Lasagnes	Sauté de porc aux champignons*		Poulet basquaise	Colin mariné huile d'olive et citron vert
Légume Féculent	***	Pommes de terre rondelles et carottes		Riz	Duo brocolis et choux fleurs
Produit laitier	Fromage blanc	Emmental à la coupe		Tome noire	Yaourt sucré (Circuit court)
Dessert	Confiture	Fruit (Circuit court)		Gâteau basque	Fruit

Les groupes d'aliments : Fruits et légumes — Viandes, poissons œufs — Céréales, légumes secs — Matières grasses cachées — Produits laitiers — Produits sucrés

* Présence de porc

Nos salades :
Céleri rémoulade : céleri râpé, mayonnaise.

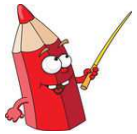
Nos sauces :
Sauce aux champignons : champignons, carottes, oignon, crème fraîche, fond de veau, roux, sel et poivre.
Sauce basquaise : poivron rouge et vert, sauce tomate, oignon, concentré, ail, bouillon de volaille, roux, sel et poivre.

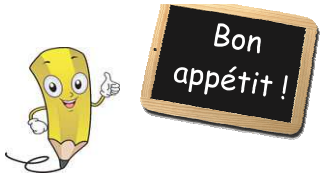
Le gâteau basque est un mets sucré traditionnel basque apparu dans la seconde moitié du XIXe siècle. À cette époque, il n'est consommé que par une partie de la population basque et lors d'occasions particulières : dimanche et jours de fête. Si la pâtissière Marianne Hirigoyen de Cambo, a été l'une des premières à vendre son gâteau sur le marché de Bayonne, il n'en reste pas moins que cette pâtisserie reste profondément attachée à la maison basque et à la maitresse de maison, d'où son nom "etxeko bixkotxa", le gâteau de la maison.

Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.
Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de boeuf est d'origine française .
Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.

Restaurant scolaire

Menus du Lundi 11 au 15 Septembre 2017





	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi Végétarien	Vendredi
Entrée	Carottes râpées	Piémontaise		Scarole	Tomate œuf maïs
Plat principal	Saucisse* (Circuit court)	Sauté de dinde marengo		Tortellinis ricotta épinards ***	Haut de cuisse de poulet au jus
Légume Féculent	Purée de pois cassés	Courgettes persillées			Blé ratatouille
Produit laitier	Camembert	Mont de Lacaune (Circuit court)		Suisse sucré	Edam
Dessert	Riz au lait	Fruit au sirop		Fruit (Circuit court)	Eclair vanille

Les groupes d'aliments : Fruits et légumes · Viandes, poissons œufs · Céréales, légumes secs · Matières grasses cachées · Produits laitiers · Produits sucrés

*** Présence de porc**

Nos salades :
Piémontaise : pommes de terre, oeuf, tomate, oignon, cornichon, mayonnaise.

Nos plats :
Purée de pois cassés : pois casses, purée de pommes de terre à base de flocons de pommes de terre, lait entier, margarine, sel et poivre.

Nos sauces :
Sauce marengo : oignon, carotte, sauce tomate, fond de veau, roux, sel et poivre.

L'origine des pois secs dont le pois cassé

Le pois est cultivé depuis l'époque néolithique et a accompagné les céréales dans l'apparition de l'agriculture au Proche-Orient. Il était dans l'Antiquité et au Moyen Âge un aliment de base en Europe et dans le bassin méditerranéen : l'association du pois ou de la fève, et du blé procurant une alimentation équilibrée notamment en protéines (à l'instar de l'association haricot-maïs chez les Amérindiens).
De nos jours, sa culture est pratiquée dans les cinq continents, particulièrement dans les régions de climat tempéré d'Eurasie et d'Amérique du Nord.

Le pois sec est un aliment traditionnellement important dans certains pays, notamment le sous-continent indien et l'Éthiopie, mais il est relativement délaissé comme féculent et comme source de protéines dans la plupart des pays occidentaux.

Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.
Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de boeuf est d'origine française .
Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.

OCCITANIE RESTAURATION — AU CŒUR DU TERROIR

Restaurant scolaire

Menus du Lundi 18 au 22 Septembre 2017

Bon appétit !

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Rosette*	Betteraves		Concombre nature	Radis beurre
Plat principal	Haché de bœuf sauce barbecue	Rôti de dinde au curry		Sauté de poulet au citron et à l'origan	Tarte méditerranéenne
Légume Féculent	Haricots beurre	Pommes Röstis		Macaronis	Epinards béchamel
Produit laitier	Crème dessert chocolat	Tome blanche (Circuit court)		Fromage blanc aux fruits	Gouda
Dessert	Madeleine	Fruit (Circuit court)		Fruit	Crumble aux pommes

Les groupes d'aliments : Fruits et légumes — Viandes, poissons œufs — Céréales, légumes secs — Matières grasses cachées — Produits laitiers — Produits sucrés

*** Présence de porc**

Nos sauces :
Sauce barbecue : tomate, gastrique, vin blanc, sauce tomate, oignon, miel, fond de veau, sel et poivre.
Sauce au curry : curry, oignon, bouillon de volaille, fond de veau, roux, vin blanc, sel et poivre.
Sauce aux pruneaux : pruneaux, oignon, gastrique, fond de veau, roux, sel et poivre.
Sauce au citron et à l'origan : jus de citron, origan, oignon, crème fraîche, bouillon de volaille, vin blanc, fond de veau, sel et poivre.

La Banane

Ce fruit issu du bananier est cultivé dans divers pays du monde.
On trouve environ 1000 types de bananes, subdivisés en 50 groupes de variétés.
Certaines sont à chair sucrée (les bananes dessert), et d'autres à chair riche en amidon, (les bananes à cuire).
Il existe des bananes courtes, des carrées, des rondes, des droites, des courbées, des vertes, jaunes, roses, tachetées, dorées, et même des rayées.

Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.
Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de boeuf est d'origine française .
Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.

Restaurant scolaire

Menus du Lundi 25 au 29 Septembre 2017

Bon appétit !

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Salade marocaine	Carottes râpées		Chou blanc	Tomate croque sel
Plat principal	Filet de poulet sauce suprême	Rôti de porc sauce fermière* (Circuit court)		Raviolis	Cordon bleu
Légume Féculent	Gratin de courgettes	Pommes vapeur		***	Petit-pois
Produit laitier	Suisse sucré	Carré président		Yaourt citron (Circuit court)	Camembert
Dessert	Fruit (Circuit court)	Compote		Fruit	Fruit

Les groupes d'aliments : Fruits et légumes — Viandes, poissons œufs — Céréales, légumes secs — Matières grasses cachées — Produits laitiers — Produits sucrés

* Présence de porc

Nos salades :
Salade marocaine : concombre, pois chiche, tomate, vinaigrette.

Nos sauces :
Sauce suprême : crème fraîche, oignon, bouillon de volaille, vin blanc, roux, sel et poivre.
Sauce fermière : carotte, oignon, ail, vin rouge, lardons, fond de veau, sel et poivre.

La pomme est un fruit issue du pommier riche en eau (85%) et en fibre (2,5g/100g) soit 10% de la consommation journalière recommandée.
Ce sont des fibres solubles, faciles à digérer.

Elle se décline en plusieurs variétés plus ou moins acidulées et colorées allant du vert en passant par le jaune jusqu'au rouge.

Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.
Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de boeuf est d'origine française .
Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.

OCCITANIE RESTAURATION — AU CŒUR DU TERROIR

Restaurant scolaire

Menus du Lundi 2 au 6 Octobre 2017

Bon appétit !

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi Africain	Vendredi
Entrée	Betterave	Céleri rémoulade		Crudités aux achards	Concombre (Circuit court)
Plat principal	Sauté de bœuf à l'orientale	Rôti de dinde sauce antiboise		Poulet Yassa	Omelette
Légume Féculent	Pommes pins	Duo carottes et haricots verts		Riz	Boulgour aux légumes
Produit laitier	Fromage fouetté	Mousse chocolat		Yaourt à la noix de coco (Circuit court)	Vache picon
Dessert	Fruit (Circuit court)	Galette bretonne		Banane	Crème dessert vanille

Les groupes d'aliments : Fruits et légumes — Viandes, poissons œufs — Céréales, légumes secs — Matières grasses cachées — Produits laitiers — Produits sucrés

*** Présence de porc**

Nos salades :
Céleri rémoulade : céleri râpé, mayonnaise.
Crudités aux achards : courgettes et carottes confits.

Nos sauces :
Sauce orientale : carotte, oignon, fond de veau, épice pour couscous (piment doux, cumin, coriandre), roux, sel et poivre.
Sauce antiboise : tomate concassée, persil, ciboulette, huile d'olive, bouillon de volaille, jus de citron, ail, roux, sel et poivre.
Sauce yassa : moutarde, jus de citron, bouillon de volaille, oignon, ail, fond de veau, sel et poivre.

IDÉE POUR UN DESSERT GOURMAND ET LUDIQUE !

Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.
Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de boeuf est d'origine française .
Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.

OCCITANIE RESTAURATION — AU CŒUR DU TERROIR

Restaurant scolaire

Menus du Lundi 9 au 13 Octobre 2017

à la découverte des saveurs

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Persillade de pommes de terre	Chou blanc		Riz camarguais	Tomate croque sel
Plat principal	Sauté de dinde aux olives vertes	Rôti de porc au jus* (Circuit court)		Poisson pané	Haché de bœuf sauce aigre douce
Légume Féculent	Poêlée de légumes à la coriandre	Gratin de pommes de terre au cumin		Purée de carottes et de betteraves	Penne à la ratatouille
Produit laitier	Yaourt à la poire (Circuit court)	Mont de Lacaune (Circuit court)		Mimolette	Cœur de dame
Dessert	Pomme granny	Mousse citron		Orange	Moelleux choco coco

Les groupes d'aliments :

Vert — Fruits et légumes

Jaune — Céréales, légumes secs

Orange — Matières grasses cachées

Rouge — Viandes, poissons œufs

Produits laitiers

Produits sucrés

* Presence de porc

Bon appétit

Nos salades :
Persillade de pommes de terre : pommes de terre, échalote, persil, vinaigrette.
Duo de râpé : carottes râpées, céleri râpé, vinaigrette.
Riz camarguais : riz, surimi, concombre, maïs, carotte, vinaigrette.

Nos plats :
Poêlée de 4 légumes : haricots verts, carottes, choux-fleurs, petits-pois, coriandre, margarine, sel et poivre.
Gratin de pommes de terre au cumin : pommes de terre lamelle, crème fraîche, béchamel, cumin, sel et poivre.
Purée de carottes et betteraves : betterave, carotte, purée de pommes de terre à base de flocons de pommes de terre, lait entier, margarine, sel et poivre.

Nos sauces :
Sauce aux olives : olives vertes, oignon, carotte, huile de tournesol, roux, fond de veau, vin blanc, sel et poivre.
Sauce à l'abricot : abricots secs, oignon, gastrique, fond de veau, roux, sel et poivre.
Sauce aigre douce : ananas, sauce soja, gastrique, coulis de tomate, bouillon de volaille, fond de veau, ail, sel et poivre.

Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.
Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de boeuf est d'origine française .
Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.

Restaurant scolaire

Menus du Lundi 16 au 20 Octobre 2017

Bon appétit !

	Lundi Végétarien	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Blé provençal	Betteraves		Salade du soleil	Carottes râpées
Plat principal	Galette végétarienne	Chipolata*		Nuggets de poulet et mayonnaise	Paëlla au poisson
Légume Féculent	Purée 3 légumes	Haricots lingots		Haricots beurre	***
Produit laitier	Yaourt sucré (Circuit court)	Carré frais		Brie à la coupe	Gouda
Dessert	Fruit	Fruit		Muffin	Compote

Les groupes d'aliments :

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

* Présence de porc

Nos salades :
Blé provençal : blé, poivron vert et rouge, tomate, oignon, vinaigrette.
Salade du soleil : pâtes orrechiette, olive, tomate, poivron, maïs, ciboulette, vinaigrette.

Nos sauces :
Sauce tomate : sauce tomate, oignon, concentré de tomate, roux.

LA PAELLA

La paëlla est un plat à base de riz rond d'origine valencienne et qui tire son nom de la poêle qui sert à la cuisiner.

Le plus connu des plats de la cuisine espagnole naquit, en effet, au XVIIIe siècle dans l'Horta de Valence. Les paysans de la région accomodèrent à leur manière le riz de la lagune voisine de l'Albufera.

Après la guerre civile espagnole, le pays voulant, pour développer le tourisme, trouver un plat emblématique national, Franco choisit la paëlla pour plusieurs raisons : le riz peu coûteux, les accommodements faciles et surtout les couleurs du plat (rouge du poivron et de la tomate, jaune du riz safrané) reprennent celles du drapeau espagnol.
la paella était à l'origine un plat populaire dont la recette variait en fonction des ingrédients locaux et de saison à disposition.

Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.
Conformément au décret du 17/12/2002, Occitanie Restauration vous informe que la viande de boeuf est d'origine française .
Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier.