

# Restaurant scolaire

Du lundi 04 au 08 septembre 2017



BEAUZELLE

**Lundi**

**Mardi**

**Mercredi**

**Jeudi**

**Vendredi**

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Carottes râpées

**Tortis Bolognaises**

\*\*\*

Yaourt fermier

Madeline

Pommes de terre persillade

Emincé de volaille au curry

Haricots verts

Yaourt sucré

Fruit

Salade Mexicaine

Paleron de bœuf sauce charcutière

Courgettes à la tomate

Petit moulé

Fruit

Melon

Rôti de porc sauce au poivre \*

Lentilles

Edam

Flan caramel

Cœur de laitue

Calamars à la romaine + Citron

Riz/Ratatouille

Pavé 1/2 sel

Compote

Sans porc

Poisson meunière

\* = Présence de porc



Les groupes d'aliments :



Nos sauces:



**Sauce au curry:** Curry, fond, oignons, roux, assaisonnement et crème.

**Sauce charcutière:** Oignon, fond de veau, cornichon, moutarde et assaisonnement.



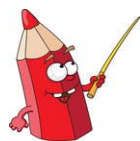
**Sauce au poivre:** Oignon, poivre, crème, fond brun.



Pour des raisons d'approvisionnement, CRM se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.

CRM vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF.





BEAUZELLE

**Lundi**

**Mardi**

**Mercredi**

**Jeudi**

**Vendredi**

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

**Rosette\***

**Paupiette de veau sauce forestière**

Purée de pommes de terre

*Petit suisse aromatisé*

**Fruit**

Salade de lentilles boulgour

Goulash de bœuf

Carottes persillées

Gouda

Compote

Blé provençal

Filet de poulet sauce barbecue

Brocolis persillés

Croc lait

Fruit

Tomates rondelles

Jambon grill sauce à la moutarde\*

Flageolets

Saint Moret

Mousse au chocolat

Salade Napoli

Poisson pané 100% filet + citron

Épinards à la béchamel

Yaourt aromatisé

Fruit

Sans porc

Betteraves

Omelette sauce moutarde



\* = Présence de porc



Les groupes d'aliments :



### Nos sauces

**Sauce forestière:** Oignons, champignons, fond, roux et assaisonnement.

**Sauce barbecue:** Oignon, tomate, sucre, préparation barbecue, assaisonnement.

**Sauce moutarde:** Oignon, fond brun, moutarde, crème, sel et poivre.



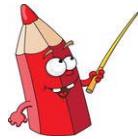
### Recette de la Mousse au chocolat

- 250 g de sucre
- 10 blancs d'œufs
- 10 jaunes d'œufs
- 300 g de chocolat noir
- 80 g de beurre

- 1<sup>er</sup> étape : faire blanchir les jaunes d'œufs avec le sucre
- 2<sup>ème</sup> étape : faire fondre le chocolat avec le beurre dans une casserole à feu doux
- 3<sup>ème</sup> étape : mélanger le chocolat fondu aux jaunes blanchis
- 4<sup>ème</sup> étape : monter les blancs en neige bien ferme
- 5<sup>ème</sup> étape : incorporer les blancs en neige au mélange de chocolat doucement

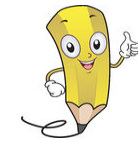
c'est prêt, il ne reste plus qu'à attendre que le mélange soit bien froid.  
Déguster! miam





# Restaurant scolaire

Menus du lundi 18 au 22 Septembre 2017



BEAUZELLE

	Entrée
	Plat principal
	Légume Féculent
	Produit laitier
	Dessert

**Lundi**

Carottes râpées  
Haché de bœuf sauce orientale  
Tortis  
Yaourt sucré  
Biscuit

**Mardi**

Concombres vinaigrette  
Colin sauce tomate  
Semoule   
Coulommiers  
Crème dessert vanille

**Mercredi**

Salade de pommes de terre vinaigrette   
Cordon bleu  
Choux de Bruxelles  
Yaourt aux fruits mixés  
Fruit

**Jeudi**

Salade verte   
Jambon blanc  
Pommes vapeur  
Rondelé  
Tarte aux pommes

**Vendredi**

Taboulé   
Rôti de dinde au jus  
Haricots verts  
Yaourt fermier  
Fruit

Sans porc

Truffade sans lardons + cubes de poisson



\* = Présence de porc

Les groupes d'aliments :



**Nos salades:**

**Taboulé:** Semoule de blé, tomate, poivrons, citron et oignons.

**Coleslaw:** Chou-carottes, sauce vinaigrette.

**Piémontaise:** Pommes de terre cubes, dès de tomate, cornichon vinaigrette.

**Nos sauces**

**Sauce orientale:** Fond de veau, oignons, Tomates, poivrons.



## Pour info

La Truffade est une graphie francisée du vocable dialectal occitan.

La racine du terme truffada est trufa ou trufla ou encore trûfêt,

signifiant pomme de terre, patate, dans les dialectes auvergnat.





# Restaurant scolaire

Menus du lundi 25 au 29 Septembre 2017



BEAUZELLE

**Entrée**

**Plat**

**Légume Féculent**

**Produit laitier**

**Dessert**

## Lundi

Céleri rémoulade

Sauté de bœuf sauce tomate

Riz

Carré frais

Fruit

## Mardi

Salade Napoli

Aiguillettes de poulet à la moutarde à l'ancienne

Choux fleurs persillés

Petit suisse aromatisé

Fruit

## Mercredi

Carottes râpées

Paupiette de veau sauce forestière

Pommes rissolées

Carré président

Eclair

## Jeudi

Melon

Lasagnes

\*\*\*

Yaourt sucré

Biscuit de Retz

## Vendredi

Salade Camarguaise

Poisson meunière

Courgettes à la tomate

Camembert

Fruit

Sans porc



\* = Présence de porc

Les groupes d'aliments :



### Nos salades composées

Salade Napoli: Tortis tricolors, maïs, dés de tomate, sauce vinaigrette.

Salade Camarguaise: Riz, surimi, concombre, maïs, carotte, vinaigrette.

### Nos sauces

Sauce tomate: Oignons, tomate concassée, sucre, herbes de provence, ail, assaisonnement.

Sauce moutarde à l'ancienne: Oignon, fond brun, moutarde à l'ancienne, crème, sel et poivre.

Sauce barbecue: Oignon, tomate, sucre, préparation barbecue, assaisonnement.



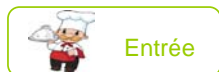
Pour des raisons d'approvisionnement, CRM se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.

CRM vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002





BEAUZELLE



Entrée



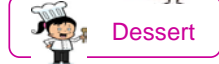
Plat principal



Légume Féculent



Produit laitier



Dessert

## Lundi

Salade de lentilles  
Boulogr

Hâché de bœuf sauce  
aux champignons

Brocolis persillés

Emmental

Compote

## Mardi

Pâté de campagne \*

Hoki sauce aux petits  
légumes

Duo de pommes de terre/  
Carottes

Yaourt aromatisé

Fruit

## Mercredi

Salade d'haricots verts

Omelette

Purée de céleri

Gouda

Fruit

## Jeudi

Tomates rondelles

Cuisse de poulet  
Basquaise

Semoule

Petit suisse sucré

Madeleine

## Vendredi

Salade pêcheur

Croustillant de dinde

Ratatouille

Vache picon

Fruit

Sans porc

Betteraves



Les groupes d'aliments :



### Nos salades:

**Salade de lentilles:** Lentilles vertes, ciboulette, sauce vinaigrette.

**Salade d'haricots verts:** Haricots verts, dés de tomates, maïs, sauce vinaigrette.

**Salade pêcheur:** Pommes de terre cubes, thon, olive noire, vinaigrette.

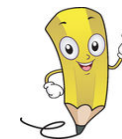
### Nos sauces

**Sauce aux champignons:** Oignons, champignons, fond, roux et assaisonnement.

**Sauce aux petits légumes:** Echalote, brunoise de légumes, fumet de poisson, crème, assaisonnement

**Sauce moutarde:** Oignon, fond brun, moutarde à l'ancienne, crème, sel et poivre.

**Sauce Basquaise:** Oignon, tomate, fond brun, poivrons rouge et vert, assaisonnement.



BEAUZELLE

**Entrée**

**Plat principal**

**Légume Féculent**

**Produit laitier**

**Dessert**

## Lundi

**Macédoine**

**Sauté de bœuf à la Catalane**

**Riz**

*Suisse aromatisé*

**Fruit**

## Mardi

**Taboulé**

**Filet de poulet au curry**

**Poêlée méridionale**

**Pointe de Brie**

**Crème dessert vanille**

## Mercredi

**Céleri vinaigrette**

**Cubes de poisson en sauce**

**Pâtes**

**Edam**

**Fruit**

## Jeudi

**Carottes râpées**

**Saucisse Aveyronnaise au jus \***

**Pommes sautées**

**Pavé 1/2 sel**

**Gâteau Basque**

## Vendredi

**Risoni au thon**

**Poisson pané 100% filet + citron**

**Choux-fleurs persillés**

**Yaourt sucré**

**Fruit**

Sans porc

Poisson meunière



\* = Présence de porc

Les groupes d'aliments :



### Nos salades

**Macédoine:** Carottes, petits pois, haricots verts, navets, flageolets, sauce mayonnaise.

**Taboulé:** Semoule de blé dur, tomate, poivron rouge, oignon, huile de tournesol, persil, menthe, vinaigre blanc.

**Céleri rémoulade:** Céleri râpé, sauce vinaigrette.

**Risoni au thon:** Risoni, thon, tomate, poivron rouge & vert, olive noire, persil, curcuma, extrait de poivre.

### Nos sauces

**Sauce Catalane:** Oignon, fond brun, tomate, ail, herbes de provence, basilic, olive verte.

**Sauce curry:** Curry, fond, oignons, roux, assaisonnement et crème.

## L'info plus!

### Le gâteau Basque :

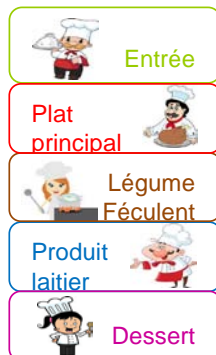
*C'est dès le XVII siècle que serait apparu le gâteau basque à Cambo, sans doute dans sa version fourrée aux fruits de la saison. La variante fourrée à la crème date, elle, de la fin du XIX siècle.*

*La fabrication du gâteau basque est faite à base de farine et de beurre, auxquels on ajoute du sucre, de la poudre d'amande, un (ou des) œuf(s), de la crème pâtissière et un zeste de citron.*



## La semaine du goût

BEAUZELLE



**Lundi**

Salade de pommes de terre aux lardons   
**Paleron de bœuf au jus**  
 Choux de Bruxelles  
*Emmental*  
 Pamplemousse + sucre

Salade de pommes de terre

**Mardi**

Carottes râpées à l'orange   
 Gratin de poisson  
 Coquillettes  
 Chantailou ail et fines herbes  
 Mousse au chocolat noir



**Mercredi**

Taboulé oriental  
 Mignonettes de bœuf aux pruneaux   
 Haricots verts   
 Yaourt fermier  
 Fruit

**Jeudi**

Betteraves  
 Rôti de porc \*  
 Lentilles  
 Carré frais  
 Fruit

Omelette

**Vendredi**

Salade d'endives  
 Sauté de dinde à l'ananas  
 Riz   
 Fromage blanc nature  
 Confiture de cerise

Sans porc

\* = Présence de porc



Les groupes d'aliments :



### Nos salades:

**Salade de pommes de terre aux lardons:** Pommes de terre cubes, lardons, dès de tomate, maïs, assaisonnement.

**Taboulé oriental:** Semoule de blé dur, tomate, poivon rouge, oignon, raisin sec, jus de citron, huile d'olive, persil, menthe.



### Attention les papilles, c'est la semaine du goût ...

Au XIXe siècle, le physiologiste Adolph Fick a défini quatre saveurs primaires ou fondamentales qui seraient liées à quatre types de récepteurs sensoriels et quatre localisations sur la langue. Aujourd'hui, on en définit cinq. Dernier identifié : l'umami (savoureux), en 1908, par le scientifique japonais Kikunae Ikeda.

- Sucré comme la cassonade, glace, melon, gâteau, yaourt au sucre de canne
  - Salé comme le sel, gruyère, jambon cru, saucisson, beurre salé
  - Acide comme la rhubarbe, citron, vinaigre, cornichon, pomme verte
  - Amer comme le concombre, endive, pamplemousse, salade frisée
  - Umami comme le poisson, crustacés, champignons, chou chinois, épinards
- L'umami a un après-goût durable et doux. Il provoque la salivation et une sensation de fourrure sur la langue, en stimulant la gorge, le palais et le dos de la langue.

