MENU DE LA SEMAINE DU GOÛT

Déjeuner

Cette semaine, votre chef "BERNARD" vous propose :

LUNDI 8 OCTOBRE 2018

Entrée	TRILOGIE DE CAROTTES (carotte orange, blanche, violette râpée)
Plat principal	OSSO BUCCO DE DINDE SAUCE ITALIENNE PATES MACARONIS BIO
Garniture	POÊLÉE MÉDITERRANÉENNE (poivron, courgette, aubergine, tomate)
Produit laitier	LEERDAMMER MINI'S
Dessert	FRUIT DE SAISON

La carotte… ça rend aimable et ça donne un beau teint !

(Grâce au béta carotène qu'elle contient)

Plus la couleur de la carotte est foncée, plus ses propriétés nutritives sont intéressantes (vitamine C, A, E, antioxydants, …)

Laissez voyager vos papilles…

Le Ras el Hanout est un mélange d'épices orientales (curcumin, coriandre, noix de muscade, cannelle, gingembre, cumin, …)

Le tajine est un plat maghrébin où les aliments sont mijotés à feu doux à l'étouffée et à la vapeur.

MARDI 9 OCTOBRE 2018

Entrée	ANANAS MARIE GALANTE (ananas, surimi, crevette, sauce cocktail)
Plat principal	POULET AU RAS EL HANOUT
Garniture	SEMOULE / LEGUMES FACON TAJINE (carotte, courgette, aubergine, poivron, pois chiche, abricot, raisin sec)
Produit laitier	CRÈME AUX ŒUFS CARAMEL
Dessert	FRUIT DE SAISON

JEUDI 11 OCTOBRE 2018

Entrée	TOMATES EN SALADE
Plat principal	RÔTI DE PORC SAUCE CHARCUTIÈRE
Garniture	FRITES / HARICOTS VERTS
Produit laitier	TRIO DE FROMAGES (Dès de mimolette, de fourme d'Ambert AOP et de fromage au lait de brebis)
Dessert	POIRE AU CHOCOLAT

La France et ses fromages ….

Un dessert artisanal fabriqué à quelques kilomètres d'ici… à **St Fuscien**.

Ferm'goût DÉLICIEUSEMENT FERMIER

Des yaourts riches en calcium et surtout en goût !

VENDREDI 12 OCTOBRE 2018

Entrée	NEMS
Plat principal	POISSON FRAIS SAUCE CURRY
Garniture	RIZ MADRAS / WOK DE LEGUMES
Produit laitier	YAOURT ST FUSCIEN
Dessert	MADELEINE

La cuisine se réserve la possibilité de modifier le menu en fonction de l'approvisionnement.
Décret du 17/12/2002 : affichage obligatoire de l'origine des viandes bovines.
Le menu conseillé établi tient compte de l'entrée, du plat principal : garniture (moitié féculent, moitié légume) et part l'accompagnement (Viande, Poisson, Œuf), et du laitage
L'AGREC s'engage chaque semaine à vous proposer un produit provenant de l'agriculture biologique.