

# Restauration municipale Menus de Avril 2024

	semaine 14	semaine 15	semaine 16	semaine 17	semaine 18
LUNDI	01-avr Férié	08-avr <b>Sans viande et sans poisson</b> Soupe de légumes (7) Mijotée de légumes et légumineuses Brie (7) <b>BIO</b> Ananas	15-avr <b>Sans viande et sans poisson</b> Œuf mayonnaise (3-10) Moussaka (7) Salade (10) Saint Nectaire (7) Pomme <b>BIO</b>	22-avr <b>Menus accueil de loisirs</b> Salade Arlequin (7-10) Poulet rôti Haricots verts Crêpe (1-3-7) <b>BIO</b> Crème glacée duo délichoco (3-7)	29-avr <b>Menus accueil de loisirs</b> Betteraves à l'échalote (10) Pâtes <b>BIO</b> (1) Carbonara (7) Coulommiers (7) Pomme
		GOUTER APS : Pain au lait (1-3-7) - jus de fruits	GOUTER APS : Laitage (7) - casse-croûte (1)	GOUTER ALSH : Fruit - biscuit (1-3-7)	GOUTER ALSH : Croissant (1-3-7)
MARDI	02-avr Rillettes du Mans et cornichons Filet de poisson meunière (1-4-7) Purée de légumes (7-9) Emmental <b>BIO</b> (7) Poire	09-avr Salade de coquillettes, jambon et emmental (1-3-7-10) Goulash de bœuf <b>BIO</b> Légumes anciens <b>BIO</b> Banane	16-avr Salade verte, tomate, maïs (10) Poisson frais (4-7) Brocolis <b>BIO</b> Petit suisse (7) Gâteau yaourt et pépites de chocolat (1-3-7)	23-avr Salade Marco Polo (1-2-3-4-10) Sauté de porc au curry Trio de légumes <b>BIO</b> St Nectaire (7) Kiwi	30-avr Concombre <b>BIO</b> à la crème (7) Poisson meunière (1-4-7) Petits pois Potif Saluf (7) Tarte Normande (1-3-7)
	GOUTER APS : Pain (1) - bâton chocolat	GOUTER APS: Pain (1) - beurre (7) - cacao (4-7)	GOUTER APS : Pain (1) - fromage (7)	GOUTER ALSH : Pain (1) - compote	GOUTER ALSH : Pain (1) - confiture
MERCREDI	03-avr Salade Hollandaise (1-3-7-10) Boulette de bœuf (1-7) <b>BIO</b> Lentilles Glace (1-4-7)	10-avr Bruschetta (1-7) Escalope de poulet à la crème (7) Carotte vichy <b>BIO</b> Crème dessert à la vanille (7)	17-avr Salade multicolore (10) Lasagne saumon épinards chèvre (1-4-7) Babybel <b>BIO</b> (7) Salade de fruit frais	24-avr Salade maïs et tomates (10) Bœuf stroganoff (7) <b>BIO</b> Pommes de terre Yaourt (7)	01-mai Férié
	GOUTER ALSH : Fruit - biscuit (1-3-7)	GOUTER ALSH : Pain chocolat (1-3-6-7)	GOUTER ALSH : Cake marbré (1-3-7) - lait (7)	GOUTER ALSH: Fruit - gâteau fromage blanc (1-3-7)	
JEUDI	04-avr <b>Sans viande et sans poisson</b> Betteraves vinaigrette (10) Lasagnes de légumes (1-7) Yaourt au Citron <b>BIO</b> (7)	11-avr Taboulé de choux fleur (10) Lapin à la moutarde (7-10) Céréales gourmandes <b>BIO</b> (1-4) Mimolette (7) Compote de poires	18-avr Betteraves vinaigrette (10) Paëlla (14) poulet <b>BIO</b> Valencienne Fromage blanc (7) Fraise	25-avr <b>Sans viande et sans poisson</b> Bâtonnets de légumes crème ciboulette (7) Pizza du Sud (1-7) Salade verte <b>BIO</b> (10) Flan nappage caramel (7)	02-mai Radis <b>BIO</b> beurre (7) Veau à l'estragon (7) Semoule aux épices (1-9) Fraise Melba Crème glacée bicolore (3-7)
	GOUTER APS : Lait (7) - brioche (1-3)	GOUTER APS : Fruit - biscuit (1-3-7)	GOUTER APS : Fruit - biscuit (1-3-7)	GOUTER ALSH : Lait (7) - brioche (1-3-7)	GOUTER ALSH : Fruit - biscuit (1-3-7)
VENDREDI	05-avr Salade carnaval (10) Navarin d'agneau et sa garniture printanière <b>BIO</b> Plateau de fromages (7) Tarte Tatin (1-3-7)	12-avr Radis beurre (7) Poisson frais (4) Epinards à la crème (7) Plateau de fromages (7) Petit pot caramel <b>BIO</b> (7)	19-avr Carottes râpées <b>BIO</b> (10) Sauté de veau à l'italienne Frites Plateau de fromages (7) Glace (4-7-8)	26-avr Nems de légumes (1-9) Poisson frais beurre d'orange (4-7) Ratatouille Camembert <b>BIO</b> (7) Orange	03-mai <b>Sans viande et sans poisson</b> Salade de pommes et mimolette (7-10) Omelette <b>BIO</b> (3) Salade (10) Chaussée aux moines (7) Cubes de poires cuites
	GOUTER APS : Pain (1) - confiture	GOUTER APS : Pain (1) - compote	GOUTER APS : Pain (1) - pâte à tartiner (7-8)	GOUTER ALSH : Pain (1) - bâton chocolat	GOUTER ALSH: Pain (1) - beurre (7) - cacao (4-7)

Toutes nos viandes sont d'origine Française cependant selon les approvisionnements, elles peuvent être d'origine UE.

Liste des 14 allergènes : 1-Gluten, 2-Crustacés, 3-œufs, 4-Poisson,

5-Arachides, 6-Soja, 7-Lait, 8-Fruits à coque, 9-céleri,

10-Moutarde, 11-Sésame, 12-Sulfites, 13-Lupins, 14-Mollusques.

Sous réserve des approvisionnements

## RECETTE DU MOIS: LA MOUSSAKA

1 kg d'aubergines, 1 gros oignon, 500 g de viande hachée (bœuf ou mouton), 4 tomates fraîches, 75 cl de béchamel, Huile d'olive, 100 g de fromage râpé, 1 noix de beurre, sel et poivre

**Préparation :** Couper les aubergines en fines rondelles, saupoudrer de sel et de poivre et laisser reposer pendant une demi-heure. Faire blondir l'oignon dans un peu d'huile d'olive, ajouter le hachis de viande. Incorporer les tomates épépinées et coupées en dés. Saler et poivrer. Laisser mijoter à couvert pendant environ 30 minutes. Pendant la cuisson de la viande, rincer les aubergines. Graisser un plat à gratin et tapisser le fond du plat avec la moitié des aubergines. Couvrir avec le mélange de viande et de tomates. Terminer le montage avec une couche d'aubergines. Faire la sauce béchamel, ajouter les 2/3 du fromage râpé. Napper les aubergines de ce mélange puis saupoudrer avec le reste du fromage. Cuire à four moyen (180°C) pendant environ 45 minutes jusqu'à ce que le gratin soit bien doré.

