






Semaine 40 (5é.)

 Entrée


 Plat principal


 Légume Féculent

 Produit laitier

 Dessert

**Lundi**

**Pizza** 

 **Parmentier de poisson\***


**Maestro chocolat**

**Mardi**

**Melon**

**Rôti de porc sauce chasseur** 


**Purée**


 **Yaourt aromatisé**

**Mercredi**

**Mercredi**

**Jeudi**

 **Salade du chef**

**Paëlla\***   
(aiguillettes de poulet)

**Fruit**

**Vendredi**

**Tomate vinaigrette**

**Burger de bœuf \*\***  
**dosette ketchup**

**Pommes noisettes**

 **Compote aux deux fruits**



Cuisiné par le chef



Nouveauté



Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

## Nos salades et plats composés (\*)

**Coleslaw** : chou blanc, carotte, oignon

**Salade du chef** : Salade verte, épaule, gruyère



Les groupes d'aliments :



## Enigmes

Bon appétit !

1/ On a un carré de terre : tous les côtés sont égaux. Une personne décide de faire le tour et met 1min20 pour un côté, 1min20 pour le deuxième, 1min20 pour le troisième côté et seulement 80 secondes pour le dernier côté. Pourquoi ?

2/ Sur un pommier, il y a 6 branches. Sur ces 6 branches, il y a 6 branches. Sur ces 6 branches, il y a 6 branches. Sur ces 6 branches, il y a encore 6 branches et sur ces 6 branches, il y a 6 poires. Combien y-a-t-il de poires ? Donnez le résultat en chiffres

Réponses : 1/ parce qu'1 minute et 20 secondes font 80 secondes, 2/ 0. Un pommier ne donne pas de poires





Membre de

Semaine 41 (5é.)

- Entrée
- Plat principal
- Légume Féculent
- Produit laitier
- Dessert

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Saucisson à l'ail	Carottes râpées vinaigrette		Concombres vinaigrette	Betteraves
Plat principal	Raviolis bolognaises*	Filet de poulet à la crème d'estragon		Grignotines de porc façon Tajine	Dos de colin sauce rouille
Légume Féculent		Frites four		Purée	Pâtes tricolores
Produit laitier					
Dessert	Fromage frais aux fruits	Éclair au chocolat		Entremets vanille	Fruit



Cuisiné par le chef



Nouveauté



Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

### Nos salades et plats composés (\*)



Les groupes d'aliments :

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

J'AIME LA NOURRITURE, JE LA RESPECTE.



CHACUN FRANÇAIS JETTE EN MOYENNE 20 KG D'ALIMENTS PAR AN À LA POUCELLE. 7 KG D'ALIMENTS ENCORE ENBALLÉS ET 13 KG DE RESTES DE REPAS, DE FRUITS ET LÉGUMES ABÎMÉS ET NON CONSOMMÉS.  
[www.alimentation.gouv.fr](http://www.alimentation.gouv.fr)



OUI JE SAIS, JE N'AI PAS UN PHYSIQUE FACILE



CHACUN FRANÇAIS JETTE 20 À 30 KG DE NOURRITURE PAR AN. CE GASPILLAGE REPRÉSENTE PLUS DE 400 TONNES DE DÉCHETS PAR AN POUR UNE VILLE DE 4 PERSONNES. ENVIRON 50% SONT DES FRUITS ET DES LÉGUMES, SOUVENT JETÉS EN RAISON DE LEUR APPARENCE. ALORS OUI, ILS SONT PARFAITEMENT CONSOMMABLES !  
[www.alimentation.gouv.fr](http://www.alimentation.gouv.fr)



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

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



Semaine 42 (5é.)

**Entrée**

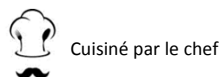
**Plat principal**

**Légume Féculent**

**Produit laitier**

**Dessert**

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Quiche lorraine	Macédoine de légumes		Crêpe au fromage	Betteraves vinaigrettes
Plat principal	Boulette de bœuf et son ingrédient mystère (1)	Sauté de poulet au curry et (2)		Aiguillettes de saumon meunière sauce tartare	Jambon grill**
Légume Féculent	Pommes paillasson	Courgettes sautées		Pommes vapeur	Salade de pomme de terre
Produit laitier				Yaourt pulpé	
Dessert	Mousse au chocolat	Fruit			Pâtisserie



Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

### Nos salades et plats composés (\*)

**Salade bulgare :** Concombre cube, carotte cube, sauce bulgare

**Macédoine de légumes :** haricot vert, flageolet, petit pois, carotte, navet

**Salade verte au fromage et aux noix:** salade, emmental, noix, vinaigrette.

**Taboulé à la menthe :** Semoule de blé, tomate, poivron, citron, oignon, menthe, vgtte



Les groupes d'aliments :

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

Bon appétit !

## La mystérieuse semaine des saveurs: un jour = une saveur à retrouver

- (1) Ses graines fournissent une épice, ses feuilles une herbe aromatique parfois appelées autrement -cilantro, persil arabe, persil mexicain ou persil chinois: la coriandre
- (2) Liquide laiteux préparé à partir de pulpe de noix de coco râpée (fruit du cocotier): lait de coco
- (3) Elle peut s'utiliser en infusion (rafraîchissante l'été et réconfortante l'hiver) et donne toute sa personnalité dans la salade du jour: la menthe
- (4) Répandu sous la forme de petites graines séchées, de couleur brun clair. Provient d'une plante de la famille des ombellifères et connu pour son odeur un peu entêtante et son goût épicé, amer et aromatique: le cumin