



- Semaine 1 (5é.5j)
- Entrée
 - Plat principal
 - Légume Féculent
 - Produit laitier
 - Dessert

LUNDI
2 janvier 2017

MARDI
3 janvier 2017

Taboulé à la menthe

Dos de colin à l'armoricaine

Riz et ratatouille

Camembert

Fruit de saison

MERCREDI
4 janvier 2017

JEUDI
5 janvier 2017

Potage

Jambon grillé

Haricots verts

Saint Paulin

Galette des rois

VENREDI
6 janvier 2017

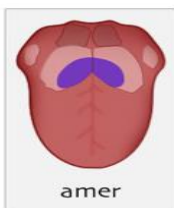
Betteraves

Hachis parmentier

Salade verte

Emmental

Fruit de saison



La saveur "Amer":

les papilles qui réagissent aux aliments amers sont situées à l'arrière de notre langue. Ce sont les différentes et multiples expériences alimentaires qui nous permettent d'enregistrer les saveurs et de les reconnaître ensuite. l'endive, le cacao, le pamplemousse et l'amande ont l'AMERTUME comme point commun.



- Semaine 2 (5é.5j)
- Entrée
 - Plat principal
 - Légume Féculent
 - Produit laitier
 - Dessert

LUNDI
9 janvier 2017

Carottes au citron

Pilon de poulet

Pdt rissolées

Tome noire

Poire au sirop

MARDI
10 janvier 2017

Velouté de légumes

Rougail de saucisses

Semoule

Petit suisse sucré

Fruit de saison

MERCREDI
11 janvier 2017

JEUDI
12 janvier 2017

Céleri rémoulade

Poisson aux agrumes

Carottes et navets

St Nectaire

Tarte au chocolat

VENREDI
13 janvier 2017

Coquillettes monégasques

Bœuf aux olives

Poêlée de légumes

Yaourt pulvé

Fruit de saison

Nos salades

Taboulé à la menthe: semoule, tomates, poivrons verts, menthe, petits pois, raisin secs, vinaigrette
Coquillettes monégasques: coquillettes, thon, persil, ciron, mayonnaise

Nos sauces

Sauce à l'armoricaine: Fumet, tomate, vin blanc concentré, assaisonnement

Pour votre information

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.



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



Semaine 3 (5é.5j)

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

	LUNDI 16 janvier 2017	MARDI 17 janvier 2017	MERCREDI 18 janvier 2017	JEUDI 19 janvier 2017	VENREDI 20 janvier 2017
Entrée	Betteraves	Pâté de campagne		Velouté de potiron	Panais rémoulade
Plat principal	Brandade de poisson	Steack haché au poivre		Endives au jambon	Poulet Frites
Légume Féculent	Salade verte	Carottes vapeur		Vache qui rit	Yaourt aromatisé
Produit laitier	Gouda	Fromage blanc		Crêpe	Fruit
Dessert	Flan nappé caramel	Fruit			



Semaine 4 (5é.5j)

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

Nouvel an chinois :

L'année du Coq de Feu débute le 28 janvier. Contrairement à nous, les chinois ne fêtent pas le début de l'année mais l'arrivée du printemps qui commence le premier jour du premier mois du calendrier lunaire. C'est la fête la plus importante des célébrations traditionnelles chinoises.



	LUNDI 23 janvier 2017	MARDI 24 janvier 2017	MERCREDI 25 janvier 2017	JEUDI 26 janvier 2017	VENREDI 27 janvier 2017
Entrée	Crêpe au jambon	Potage vermicelles		Chou chinois au surimi et ananas	Pamplemousse
Plat principal	Paupiette de veau	Poisson meunière		Porc au caramel	Pâtes à la bolognaise
Légume Féculent	Petits pois très fins	Brocolis		Riz et Légumes sautés	Fromage
Produit laitier	Emmental	Chèvre		Petit suisse fruité	Fruit
Dessert	Entremets vanille	Compote et biscuit		Beignet	



Nos salades

Salade chevrette : pdt, chèvre, ciboulette, vinaigrette
Salade du marin : endives, thon, crème, citron, ciboulette
Salade endivette : endives, mimolette, vinaigrette à l'orange
Boulgour verte : boulgour, pomme granny, citron vert, coriandre

Nos sauces

Sauce forestière : oignons, champignons, fond, roux, crème
Crème poivrons rouge : fumet, poivrons, crème, assaisonnement, roux

Pour votre information

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.





Chandeleur



Semaine 5 (5é.5j)	LUNDI 30 janvier 2017	MARDI 31 janvier 2017	MERCREDI 1 février 2017	JEUDI 2 février 2017	VENDREDI 3 février 2017
Entrée	Potage	Carottes râpées		Céleri rémoulade	Salade aux dés de fromage
Plat principal	Filet de poisson meunière	Sauté de porc		Goulasch de bœuf	Fricassée de volaille
Légume Féculent	Riz aux petits légumes	Frites		Haricots verts très fins	Purée de potiron
Produit laitier	Edam	Yaourt sucré		Camembert	Fromage frais
Dessert	Compote de pêche	Fruit		Crêpe	Fruit



La saveur "Acide":

les papilles qui réagissent aux aliments acides sont situées sur les côtés à l'arrière de notre langue. Le citron est un aliment synonyme de la saveur acide par son côté tonique qui nous fait grimacer quand on le mange tout comme le vinaigre ou les cornichons



Semaine 6 (5é. 5j)	LUNDI 6 février 2017	MARDI 7 février 2017	MERCREDI 8 février 2017	JEUDI 9 février 2017	VENDREDI 10 février 2017
Entrée	Potage de légumes	Betteraves		Saucisson <u>cornichons</u>	Crêpe au fromage
Plat principal	Carbonade de bœuf	Saucisse		Sauté de dinde <u>aigre douce</u>	Filet de poisson
Légume Féculent	Pâtes	Lentilles		Poêlée méridionale	Julienne de légumes
Produit laitier	Emmental	Yaourt aromatisé		Chèvre	Tome noire
Dessert	Fruit de saison	Compote		Tarte au <u>citron</u>	Mousse au chocolat

Nos salades

Nos sauces

Pour votre information

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.

