



RECRE ASSIETTE

Cuisiner, une belle histoire de familles...



B A chaque fois que tu vois un B, c'est que le plat est issu de l'agriculture biologique. C'est une façon de cultiver les plantes et d'élever les animaux qui n'utilise pas de produits chimiques. Comme ça, l'agriculture ne pollue pas la terre, et toi, tu manges des produits sains.

DU 9 AU 13 MAI 2011

DU 16 AU 20 MAI 2011

DU 6 AU 10 JUIN 2011

DU 13 AU 17 JUIN 2011

- ENTRÉE
- PLAT PRINCIPAL
- LÉGUMES
- PRODUIT LAITIER
- DESSERT

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
Betteraves vinaigrette	Salade de riz et légumes	Carottes râpées vinaigrette	Quiche Lorraine maison
Pâtes	Rôti de porc	Lieu à la crème de poivrons	Blanc de dinde aux légumes
à la bolognaise	Chou brocolis	Pommes de terre vapeur	Petits pois
Vache qui rit	Galet de la Loire	St Nectaire	Croc'lait
Yaourt fruité	Ananas frais	Flan caramel	Poire

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
Salade verte maïs et gruyère	Duo de carottes et radis noir B	Taboulé	Pommes de terre et cervelas
Filet de merlu pané	Mouliné aux deux légumes B	Palette de porc	Mijotée de boeuf
Riz aux légumes	au poulet	Epinards hachés à la béchamel	Chou-fleur vapeur
St Bricet	Camembert B	Fromage suisse sucré	Mimolette
Compote de pommes	Semoule de millet vanillée B	Fraises ou banane	Fromage blanc sucré

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
Cake courgettes chèvre et tomates maison	Salade fraîcheur	Radis beurre	Saucisson à l'ail maison
Emincé de volaille à l'orange	Rôti de boeuf	Rôti de porc aux légumes d'été	Saumonette à la provençale
Chou brocolis	Pâtes torti	Gratin de courgettes	Purée de racines maison
Camembert	Croix de Malte	St Bricet	Tomme blanche
Nectarine	Compote de pêches	Eclair à la fraise maison	Cerises ou ananas

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
Jour Férié			
Carottes râpées vinaigrette	Melon	Concombres à la crème	
Filet de colin sauce crevettes	Poulet à l'angevine	Saucisse de Strasbourg	
Riz doré	Purée de céleri maison	Petits pois	
Chantailou	Gouda	Entremets chocolat	
Crème dessert vanille	Fraises ou banane	Gâteaux secs	

CONSEILS POUR TON DINER!

Féculents Légumes verts Produit laitier Fruit cru
 Crudités Féculents Produit laitier Fruit cuit
 Oeuf Légumes verts Produit laitier/Féculents Fruit cru
 Crudités Légumes verts Produit laitier Pâtisserie

Féculents Légumes verts Produit laitier Fruit cru
 Crudités Féculents/Légumes verts Produit laitier Fruit cuit
 Crudités Poisson Féculents Produit laitier
 Cuidités Féculents Produit laitier Fruit cru

Crudités Féculents Produit laitier Fruit cuit
 Féculents Légumes verts Produit laitier Fruit cru
 Volaille Féculents Produit laitier Fruit cru
 Féculents Porc Légumes verts Produit laitier

Féculents Légumes verts Produit laitier Fruit cru
 Cuidités Féculents/Légumes verts Produit laitier Fruit cuit
 Crudités Boeuf Féculents Produit laitier



des recettes traditionnelles et maison



des produits de saison



des produits de qualité



des produits régionaux



des pommes issues de l'agriculture biologique

Aujourd'hui le Bio

semaine fraîche attitude

DU 23 AU 27 MAI 2011

DU 30 MAI AU 3 JUIN 2011

DU 20 AU 24 JUIN 2011

DU 27 JUIN AU 1ER JUILLET 2011

- ENTRÉE
- PLAT PRINCIPAL
- LÉGUMES
- PRODUIT LAITIER
- DESSERT

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
Pamplemousse rose	Concombres à la crème	Beurre de sardines	Tomates vinaigrette
Rôti de dinde Gascogne	Jambon braisé	Rôti de boeuf	Dos de colin sauce crustacés
Coquillettes	Flageolets	Purée de courgettes maison	Julienne de légumes
Bûchette laitière	Brie	Rondelé	Emmental
Yaourt sucré	Poire	Cerises ou fraises	Tartelette au chocolat maison

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
Salade gourmande	Céleri rémoulade	Jour Férié	
Chipolatas	Filet de dinde sauce suprême	Boeuf miroton	
Petits pois carottes	Riz au curry	Semoule de couscous	
Carré Président	Six de Savoie	Yaourt sucré	
Orange	Crème dessert chocolat	Banane	

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
Taboulé	Rillettes maison	Tomates vinaigrette	Betteraves vinaigrette
Filet de merlu sauce dieppoise	Steak haché sauce tomate	Fondant de porc	Blanc de dinde à la basquaise
Haricots verts	Blé à la créole	Purée de pommes de terre maison	Chou-fleur vapeur
Boursin	Tomme blanche	Carré Président	Camembert
Nectarine	Cerises ou ananas	Compote de pommes	Cake au chocolat maison

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
Salade du Puy	Riz thon tomate	Melon	Radis beurre
Paupiette de veau	Oeufs brouillés au fromage	Rôti de dinde sauce forestière	Jambon blanc ketchup
Carottes Vichy	Epinards hachés béchamel	Pâtes multicolores	Chips ou Taboulé
Fromage fondu	Tomme noire	Cantal	Vache qui rit
Pêches au sirop	Abricots	Entremets citron	Banane

CONSEILS POUR TON DINER!

Charcuterie Légumes verts Produit laitier/Féculents Fruit cru
 Féculents Oeufs Légumes verts Produit laitier
 Crudités Féculents/Légumes verts Produit laitier Fruit cuit
 Cuidités Féculents Produit laitier Fruit cru

Crudités Poisson Féculents Produit laitier
 Crudités Légumes verts Produit laitier Fruit cru
 Féculents Légumes verts Produit laitier Fruit cuit

Cuidités Porc Féculents Produit laitier
 Crudités Légumes verts Produit laitier/Féculents Fruit cuit
 Féculents Légumes verts Produit laitier Fruit cru
 Crudités Féculents Produit laitier Fruit cru

Cuidités Féculents Produit laitier Fruit cru
 Crudités Féculents Produit laitier Fruit cuit
 Féculents Légumes verts Produit laitier Fruit cru
 Féculents Poisson Légumes verts Produit laitier

LEXIQUE GOURMAND

Le mouliné aux deux légumes BIO au poulet est composé de dés de poulet, de pommes de terres BIO, de courgettes BIO, d'oignons et de lait entier.
 La purée de racines maison est composée de pommes de terre, de carottes, de navets, de panais, d'oignons et de lait.
 La salade tricolore est composée de haricots verts, de tomates, de maïs et de vinaigrette.
 La salade fraîcheur est composée de concombres, de tomates, de radis, d'aneth, de ciboulette.

Nous vous proposons ci-après les statistiques annuelles de présentation des plats. En effet, la fin de l'année scolaire est l'occasion de vous présenter le bilan nutritionnel des menus élaborés par Sylvie Biotteau et Corinne Miot, diététiciennes de RESTORIA. Ces menus suivent les recommandations du GEM-RCN (Groupe d'Etude des Marchés de Restauration Collective et de Nutrition) et privilégient plus que jamais les produits de saisons.



RESTORIA - 12 rue Georges Mandel - C.S. 50955 - 49009 Angers Cedex 1 - www.restoria.fr
 En fonction de la qualité de la récolte et de leur maturité, les fruits peuvent être modifiés.