

La Voulte sur Rhône



Menus Scolaire

Du 13 novembre au 22 décembre 2023



En souligné : Repas des maternelles servi à table

du 6-nov.

au 10-nov.



Lundi

Brocolis en salade aux amandes ou Betteraves aux herbes fraîches

Filet de poisson & sa sauce citronnée

Harcots verts persillés ou Boulgour façon pilafYaourt aux fruits ou Yaourt aromatisé à la vanilleFruits de saison 'LOCAL' 

Mardi

Menus 5 en 4

Salade verte 'LOCAL' vinaigrette au balsamique &dés de Mimolette

ou

Avocat vinaigrette & dés de Mimolette

Cuisse de poulet 'LABEL ROUGE' rôtie au jus

Fondue de poireauxClafoutis aux poires 'LOCAL' et chocolat 'Maison'

Mercredi

Pamplemousse rose

Sauté de porc BIO à la moutarde

Polenta moelleuseFromage à tartinerCompote de pommes 'BIO'

Jendredi

Halloween au retour des vacances

Flan au potimarron d'Halloween

Spaghetti noir à la bolognaise de bœuf 'VBF'

Plat complet d'Halloween

Coupe de fromage blanc BIO & coulis de fruitsrougesMousse au chocolat & fantôme de banane 'RUP'

Vendredi

Menus GREENDAY

Betteraves rouges cuites & vinaigrette persillée ou Salade de tomates aux herbes fraîches

Dahl de lentilles corail aux petits légumes

Riz 'BIO' façon créoleEdam

ou Gouda

Fruits de saison 'LOCAL'

* Sous condition d'approvisionnement

Happy Halloween

Jeudi 9 novembre 2023

On fête Halloween

Sur ton Restaurant scolaire





En surligné : Repas des maternelles servi à table

du 13-nov.

au 17-nov.

Lundi

Menus 5 en 4



Salade d'endives aux noix & dès de Pont l'Evêque ou Celeris raves crus râpés & sa vinaigrette au persil & dès de Pont l'Evêque

Sauté de poulet 'BLEU BLANC COEUR' & sa sauce moutardée

Farfales au beurre ou Poêlée de légumes de saison

Compote de pommes 'BIO'

Mardi

Feuilleté au fromage "Maison"

Navarin d'agneau forestier

Petits pois à la Française 'BIO' ou Pommes de terre sautées

Fromage blanc nature ou Yaourt aromatisé

Fruits de saison 'LOCAL'

Mercredi

Salade verte 'LOCAL' composée aux crudités

Steak de bœuf haché 'VBF' grillé au jus

Pommes frites

Tomme

Banane 'BIO' dorée au four "Maison"

Jeudi

Menus GREENDAY



Choux blanc & rouge râpé façon coleslaw ou Carottes râpées sauce citronnée

Omelette 'BIO- LOCAL' aux herbes fraîches

Poêlée de potiron 'LOCAL' ou Céréales gourmandes à l'huile d'olive

Edam ou Chausures 'AOP'

Gâteau roulé au chocolat "Maison"

Vendredi

Velouté de poireaux

Quenelles de brochets & sauce à la bisque

Riz 'BIO' façon pilaf

Yaourt aux fruits ou Yaourt 'BIO' nature

Fruit de saison 'LOCAL'



En souligné : Repas de s mate me lles servi à table

du 20-nov. au 24-nov.

Lundi

La recette du mois: Le moelleux aux marrons

Salade de betterave rouge crue aux pommes

Granny Smith ou Avocat vinaigrette

Filet de poisson & sa sauce à l'oseille

Blettes à la tomate ou Pennes à l'huile d'olive

Yaourt aux fruits ou Yaourt aromatisé

Moelleux au marrons

Mardi

Salade de pomme de terre 'BIO' aux cornichons ou Salade de pâtes 'BIO' au pesto

Rôti de veau VBF à l'ancienne

Haricots beurre au concassé de tomates ou Riz façon créole

Brie 'AOC' ou Fromage à tartiner

Fruits de saison 'LOCAL'



Mercredi

Velouté de choux-fleurs

Gratin de poisson aux fruits de mer "Maison"

Bulgour de blé aux petits légumes

St Nectaire

Fruits de saison 'LOCAL'



Jendredi

Salade verte 'BIO' aux croûtons vinaigrette persillée

Tartiflette 'Maison' aux pommes de terre 'LOCALES'

Plat complet

Cantal 'AOC' ou Mimolette

Coupe de pommes 'BIO' à la vanille



Vendredi

Menus GREENDAY & 5 en 4



Quiche au potimarron 'LOCAL'

Lasagne aux lentilles du Puy 'IGP' façon bolognaise sans viande

Plat végétarien complet à base de lentilles du

Puy 'IGP'

Coupe de yaourt nature & dès de fruits frais 'LOCAL'



* Sous condition d'approvisionnement



Moelleux aux marrons



La recette

Moelleux aux marrons

- 1) Avec tes parents, fais fondre le beurre dans une casserole.
- 2) Dans un récipient mélanges le beurre fondu avec le sucre et ajoute les œufs 1 à 1.
- 3) Ajoutes la crème de marrons à ton mélange.
- 4) Dans ce même récipient, ajoutes progressivement la farine et la levure.
- 5) Verses ensuite ta pâte à gâteau dans le moule et enfournes le moelleux au four pendant 25 à 30 minutes à 160°C.
- 7) A la sortie du four, démoules ton gâteau et laisses-le refroidir avant dégustation.

C'est prêt, tu peux déguster !

Ingrédients :

pour 8 personnes environ.

- 2 œufs
- 100g de sucre
- 100g de farine
- 100g de beurre
- 300g de crème de marrons
- ½ sachet de levure chimique

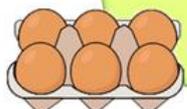
Novembre
2023

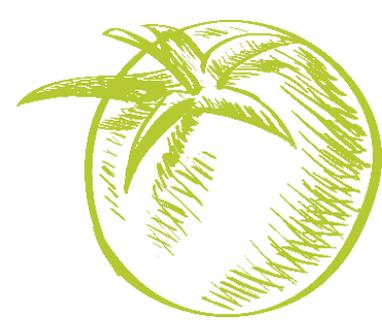
M R S
mieux manger, mieux vivre
RHÔNE ALPES



Suis l'astuce du Chef Dragon :

Pour plus de gourmandise,
tu peux ajouter des pépites
de chocolat !





En souligné : Repas des maternelles servi à table

du 27-nov. au 1-déc.

Lundi

Mâches aux croûtons ou Chou-rouge émincé aux pommes et noix
Mijoté de porc 'BIO' façon colombo
Polenta moelleuse ou Poêlée de brocolis aux amandes
Comté 'AOP' ou Tomme noire
Crème dessert praliné



Mardi

Menu GreenDay



Œufs durs 'BIO-LOCAL' mayonnaise ou Chou-rouge émincé aux pommes et noix
Parmentier de courge 'BIO' aux haricots rouges
[Plat complet BIO sans viande] ou
Bleu ou Fromage de chèvre
Fruits de saison 'LOCAL'



Mercredi

Salade de lentilles corail à l'échalote
Cuisse de poulet 'LABEL ROUGE' & son jus court
Epinards en bechamel
Yaourt aromatisé
Fruits de saison 'BIO'



Jeudi

Menus 5 en 4



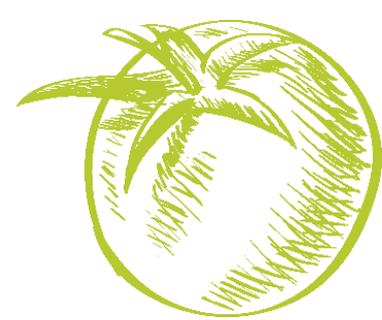
Salade verte composée aux croûtons & dès de Brie 'AOC'
Filet de poisson & sa sauce aux crustacés
Riz 'BIO' façon créole
Compote de pommes & châtaignes



Vendredi

Salade de pâtes aux dès de jambon ou Salade de perle aux crevettes
Rôti de bœuf 'VBF' au jus
Endives en gratin ou Pommes de terre vapeur
Yaourt nature 'BIO' ou Fromage blanc nature 'BIO'
Fruit de saison 'LOCAL'





En sou ligné : Repas des maternelles servi à table

du

4-déc.

au

8-déc.

Lundi

Menus 5 en 4



Jeunes pousses d'épinards et betteraves rouges

crues râpées vinaigrette

ou Radis noirs râpés en salade sauce au fromage blanc

Sauté de volaille au curry

Macaroni au beurre ou Gratin de chou fleur à la muscade

- ou

Coupe de yaourt & pomme 'LOCAL' caramélisée



Mardi

Emincé de chou blanc 'BIO' aux herbes fraîches ou Carottes 'BIO' râpées & sa vinaigrette moutardée

Sauté de bœuf à la tomate

Petits pois mijotés aux oignons ou Riz façon pilaf

Camembert ou Fromage à tartiner

Moelleux marbré au chocolat et à la vanille



Mercredi

Poireaux à la vinaigrette

Côte de porc 'VPF' 'BLEU BLANC CŒUR' grillée au jus

Purée de pomme de terre et panais

Yaourt aromatisé

Fruits de saison 'BIO'



Jeudi

Menus GreenDay



Salade verte 'LOCAL' composée aux petits légumes

Burger végétarien du chef

Frites

Saint Nectaire 'AOC' ou Tomme blanche

Poire 'BIO' pochée au sirop



Vendredi

Velouté de brocolis

Filet de poisson & sa sauce à l'aneth

Gnocchis poêlés ou Poêlée de légumes

Fromage blanc nature 'BIO'

Fruits de saison 'LOCAL'



* Sous condition d'approvisionnement



En souligné : Repas des maternelles servi à table

du 11-déc. au 15-déc.

Lundi

Salade de pommes de terre 'BIO' tout simplement ou Salade de céréales gourmandes aux petits légumes

Filet de poisson pané & son citron

Poêlée de haricots verts aux oignons ou Riz façon créole

Yaourt aux fruits ou Yaourt nature

Fruit de saison 'LOCAL'



Mardi

Menus 5 en 4 & Menus GREENDAY



Salade de lentilles aux oignons rouges & dés

d'Edam

ou Coquille en salade aux herbes fraîches & dés d'Edam

Œuf dur 'BIO-LOCAL' à la Florentine "Maison"

Epinards à la crème

Brownie 'Maison'



Mercredi

Taboulé à l'Oriental

Filet de poisson & sa sauce crème

Fondue de poireaux

Fromage blanc 'BIO'

Fruits de saison 'LOCAL'



Jendredi

Avocat vinaigrette ou Endives vinaigrette persillées

Blanquette de veau traditionnelle

Gratin de crozets ou Poêlée de butternut

Yaourt nature BIO ou Yaourt aromatisé

Fruits de saison



Vendredi

Celeri à la rémoulade aux comichons ou Salade de carottes jaunes & oranges aux raisins secs

Boulettes d'agneau à la tomate

Semoule de blé 'BIO' au beurre ou Poêlée de choux-fleur & romanesco

Saint Nectaire 'AOC'

Compote de pommes & spéculoos





En souligné : Repas des maternelles servi à table

du 18-déc. au 22-déc.



Lundi

Menus GREENDAY



Pamplemousse rose ou Salade coleslaw vinaigrette
Quenelle nature à la sauce tomate

Riz 'BIO' aux oignons façon pilaf

Emmental ou Coulommier

Poire 'LOCAL' pochée aux amandes



Mardi

Croque Monsieur

Emincé de bœuf 'VBF' comme un wok

Brocolis à l'huile d'olive et herbes fraîches ou Nouilles au beurre

Yaourt nature 'BIO' ou Fromage blanc nature 'BIO'

Compote de pommes & châtaignes



Mercredi

Salade de mâche aux noix

Rôti de porc à l'ail et au thym

Pennes 'BIO' à l'huile d'olive

Pont l'Evêque

Fruits de saison 'BIO'



Jeudi

Menus de Noël

Veluté de courge REGION'

Volaille de Noël aux marrons

Pommes Duchesses

Faiselle & son coulis de fruits rouges

Bûche de Noël 'Maison'



Vendredi

Menus 5 en 4



Salade de riz 'BIO' aux petits légumes & dès de Gouda

Salade de lentilles corail aux épices & dès de Gouda

Filet de poisson et sa sauce citronnée

Flan de légumes 'Maison'

Fruits de saison 'LOCAL'



* Sous condition d'approvisionnement

Ho ho ho!

Joyeux Noël

Jeudi 21 décembre 2023

Viens découvrir le traditionnel Repas de Noël
sur ton Restaurant Scolaire





La Recette du mois de Décembre 2023

Biscuits de Noël



La recette

Biscuits de Noël

- 1) Avec tes parents, coupes le beurre en petits morceaux.
- 2) Dans un grand saladier, mélanges la farine, le sucre, le sel et la cannelle.
- 3) Dans les paumes de tes mains, frottes le beurre avec le mélange de farine et sucre jusqu'à faire 'du sable'.
- 4) Ajoutes l'œuf à ce mélange et forme une pâte.
- 5) Recouvres la d'un film alimentaire et laisses la reposer dans un endroit frais environ 30 minutes.
- 6) Préchauffes ton four à 200°C
- 7) Déposes ta pâte entre deux feuilles de papier cuisson et étales ta pâte au rouleau sur 1/2 cm d'épaisseur.
- 8) Découpes la pâte à l'aide d'un emporte-pièce de ton choix. Si tu n'as pas d'emporte pièce tu peux toujours utiliser un petit verre.
- 9) Déposes ensuite les sablés sur une plaque recouverte d'un papier cuisson.
- 10) Enfourmes tes biscuits de Noël une dizaine de minutes.

C'est prêt, tu peux déguster !

Décembre
2023



M R S
mieux manger, mieux vivre
RHÔNE ALPES

Ingrédients :

pour 8 personnes environ

- 150g de farine
- 75g de beurre
- 75g de sucre en poudre
- 1 œuf petit calibre
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de cannelle



Suis l'astuce du Chef Dragon :

Pour plus de gourmandise, tu peux ajouter un glaçage au dessus de ton biscuit. Pour cela, mélanges 1 blanc d'œuf, 2 cuillères à café de jus de citron et 280g de sucre glace dans une petit bol.

