

# La Voulte sur Rhône



## Menus Scolaire

Du 29 avril au 5 juillet 2024



En sautoyé : Repas des maternelles servi à table

du 29-avr. au 3-mai



## Lundi



Salade de riz 'BIO' au thon ou Salade de pommes de terre aux œufs

Emincé de volaille 'BBC' à la moutarde

Haricots verts au persil Pennes 'BIO' à l'huile d'olive

Emmental ou Gouda

Fruit de saison 'LOCAL'

## Mardi

Salade verte 'LOCAL' composée aux croûtons

Sauté de veau 'BIO' aux olives

Frites Carottes BIO rôties au romarin

Yaourt nature BIO ou Yaourt aromatisé BIO

Compote de pommes 'BIO' & fruits rouges

## Mercredi

Jour férié

## Jeudi

Macédoine de légumes et vinaigrette à la ciboulette

Filet de poisson & sa sauce au curry

Boullgour aux petits oignons ou Poêlée de petits pois

Fromage blanc BIO ou Yaourt aux fruits BIO

Moelleux au chocolat 'Maison'

## Vendredi

### Menus GreenDay

Coleslaw de chou à la vinaigrette ou Celeri à la rémoulade

Chili végétarien aux haricots rouges

(Plat complet)

Saint Nectaire ou Pont l'Evêque

Fruit de saison 'LOCAL'



\* Sous condition d'approvisionnement




En souligné : Repas des maternelles servi à table

du 6-mai au 10-mai




## Lundi

Salade de tomates aux herbes fraîches ou Concombre émincé aux herbes

Rôti de porc 'BBC' au jus 

Pommes de terre sautées Poêlée de légumes

Brie Fromage à tartiner

Fruit de saison 'BIO' 

## Mardi

 Carottes 'BIO' râpées & sa vinaigrette citronnée ou Jeunes pousses & sa vinaigrette

Filet de poisson & sa sauce à la crème

 Riz 'BIO' façon créole ou Epinards au jus

Fromage de chèvre ou Livarot

Crème au chocolat

## Mercredi

Jour férié

## Jeudi

Ascension

## Vendredi

Pont de l'Ascension



En souligné : Repas des maternelles servi à table

du 13-mai au 17-mai



## Lundi

Assiette de melon ou Coleslaw à la vinaigrette  
Spaghetti à la bolognaise 'VBF'

Coulommier - Tomme noire


Compote de pommes 'BIO' & fruits jaunes 


## Mardi

Salade de pommes de terre tout simplement ou Salade de lentilles aux tomates  
Escalope de poulet grillé

Ratatouille 'Maison' ou Polenta crémeuse



Yaourt 'BIO' aux fruits ou Yaourt 'BIO' aromatisé 


Fruit de saison 'LOCAL' 

## Mercredi

Salade de pois chiches à la Marocaine  
Filet de poisson & sa sauce à l'oseille

Poêlée de légumes verts

Edam


Fruit de saison 'LOCAL' 

## Jendredi


### Menus GreenDay

Salade verte 'LOCAL' & sa vinaigrette persillée  
Falafels de pois chiches & sa sauce tomates



Riz 'BIO' façon créole ou Carottes 'BIO' sautées au cumin 

Yaourt aromatisé ou Yaourt aux fruits

Fruit de saison 'LOCAL' 



## Vendredi

### La recette du mois : Le roulé à la confiture

Radis rose & son beurre ou Salade de tomates au basilic

Sauté de porc à la Provençale

Boulgour à l'huile d'olive ou Purée de brocolis aux fines herbes

Yaourt à la vanille ou Fromage blanc nature

Roulé à la confiture 'Maison'

\* Sous condition d'approvisionnement





La Recette du mois de Mai 2024

# Roulé à la confiture



## La recette

### Roulé à la confiture

- 1) Mélange tes jaunes d'œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
- 2) Ajoute ensuite la farine et la levure.
- 3) Avec l'aide de tes parents, montes les blancs d'œufs en neige.
- 4) Mélange les blancs d'œufs avec l'autre préparation.
- 5) Recouvre la plaque du four avec un papier sulfurisé et verse la pâte. Enfourne pour 10 minutes à 200°C
- 6) Après cuisson, roule le biscuit dans un torchon et laisse-le refroidir un peu.
- 7) Déroule le biscuit et garni de confiture à ta convenance. Puis roule le une nouvelle fois pour lui redonner sa forme.
- 8) Décore le roulé comme tu le souhaite.

C'est prêt, tu peux déguster !



### Ingrédients :

pour 8 personnes environ

- 70g de sucre
- 4 œufs
- 100g de farine
- ½ sachet de levure
- Confiture

**M R S**  
mieux manger, mieux vivre  
RHÔNE ALPES



Suis l'astuce du Chef Dragon :

Pour un gâteau moins sucré, tu peux remplacer la confiture par une compotée de fruits





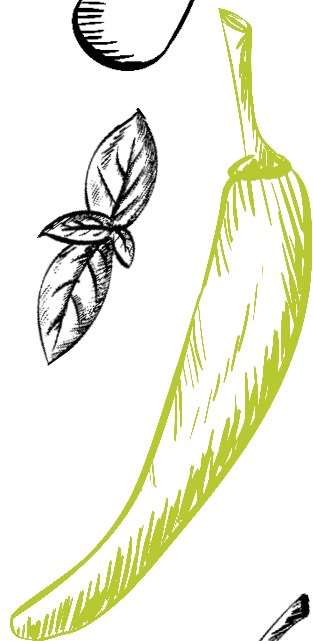
En souligné : Repas des maternelles servi à table

du 20-mai au 24-mai



## Lundi

Lundi de Pentecôte



## Mardi

Salade verte 'LOCAL' aux croûtons



Filet de poisson & sa sauce aux crustacés



Semoule de blé 'BIO' à l'huile d'olive ou Aubergines grillées au herbes de Provence

Yaourt aux fruits ou Yaourt aromatisé

Fruit de saison 'LOCAL'



## Mercredi

Salade de perles aux herbes fraîches

Filet de poulet façon Milanaise

Haricots beurre à la tomate

Camembert

Fruit de saison 'LOCAL'



## Jeudi

Pâté croûte & son cornichon

Paleron de bœuf VBF au Paprika



Burguettes BIO grillées aux herbes de Provence ou Blé à l'huile d'olive



Cantal AOC ou Mimolette

Fruit de saison 'BIO'



## Vendredi

### Menus végétarien

Concombre à la grecque ou Jeunes pousses d'épinard à la vinaigrette

Galette de Quinoa à la sauce tomate

Tomates à la Provençale ou Riz 'BIO' créole



Emmental ou Chaource

Mousse au chocolat



\* Sous condition d'approvisionnement





En souligné : Repas des maternelles servi à table

du 27-mai au 31-mai

## Lundi

Coleslaw à la vinaigrette ou Salade de tomates aux herbes

Chipolatas grillées

Boullgour façon pilaf Epinard au jus

Yaourt BIO aux fruits ou Yaourt BIO aromatisé

Compote de pommes & fruits rouges



## Mardi

Salade de pois chiches à la Grecque ou Taboulé de quinoa aux petits légumes

Filet de poisson en croûte d'herbes

Haricots verts en persillade ou Riz 'BIO' façon créole

Brie ou Gouda

Tiramisu 'Maison'



## Mercredi

Salade verte 'BIO' au maïs

Sauté de veau 'BIO' façon Marengo

Pennes à l'huile d'olive

Fromage blanc nature

Fruit de saison 'LOCAL'



## Jeuudi



Producteurs Locaux : D'Ardèche et de Saison

Salade de crudités 'LOCAL'

Omelette 'BIO-LOCAL' aux herbes

Poêlée de légumes 'LOCAL' ou Pommes de terre 'LOCAL'

Yaourt Artisanal 'LOCAL'

Clafoutis aux fruits 'LOCAL'



## Vendredi

Salade de betteraves à la féta & vinaigrette ou Salade de brocolis aux amandes

Sauté de bœuf VBF à la tomate

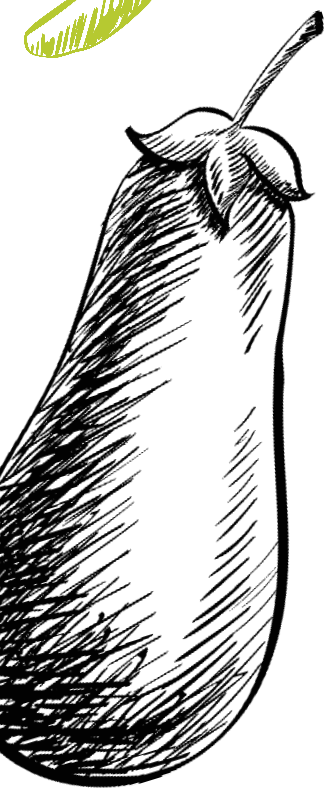
Semoule de blé 'BIO' à l'huile d'olive ou Petits pois aux oignons

Fromage à tartiner ou Livarot

Fruit de saison 'BIO'



\* Sous condition d'approvisionnement



# *Le Marché des Producteurs*

Jeudi 30 mai 2024



Viens découvrir les produits frais et locaux  
d'Ardèche et de Saison  
sur ton restaurant scolaire





En souligné : Repas des maitresses servi à table

du 3-juin au 7-juin

## Lundi

Salade de coquille aux herbes ou Salade de lentilles aux oignons  
Filet de poisson & sa sauce Tartare



Tomates BIO à la Provencale

Pommes de terre BIO sautées



Saint Nectaire ou Tomme blanche

Fruit de saison 'LOCAL'



## Mardi

Salade de concombre à la menthe ou Salade de tomates au basilic  
Escalope de porc grillé au curry



Riz 'BIO' façon créole

ou Carottes 'BIO' braisées



Fromage de chèvre ou Camembert

Compote de pommes 'LOCAL' & rhubarbe



## Mercredi

Assiette de melon  
Filet de poulet Tikka Massala

Bouglour à l'huile d'olive

Yaourt à la vanille

Fruit de saison 'LOCAL'



## Jendredi

### Menus GreenDay

Salade verte BIO aux croûtons



Moussaka végétarienne aux aubergines & haricots rouges

Plat complet

Petit suisse ou Yaourt aux fruits

Fruit de saison 'BIO'



## Vendredi

Pizza margherita 'Maison'

Steak de bœuf au jus

Ratatouille 'Maison' ou Céréales gourmandes



Yaourt 'BIO' aromatisé

ou Fromage blanc 'BIO' & coulis



Moelleux aux pêches

\* Sous condition d'approvisionnement





En souligné : Repas des maternelles servi à table

du 10-juin au 14-juin

## Lundi



Salade verte 'LOCAL' aux croûtons

Emincé de porc aux olives



Farfales 'BIO' au beurre ou Poêlée de légumes

Yaourt aromatisé ou Yaourt aux fruits

Fruit de saison 'LOCAL'

## Mardi

Salade de perles aux herbes ou Salade de maïs aux petits oignons

Sauté de poulet 'BBC' aux herbes de Provence

Aubergine grillée aux herbes ou Pommes de terre sautées

Fromage blanc nature ou Yaourt nature

Fruit de saison 'BIO'

## Mercredi

Duo de carottes BIO râpées et vinaigrette

Emincé de bœuf au Paprika

Semoule au cumin

Mimolette

Pêches cuites au four

## Jeudi

### Menus GreenDay

Coleslaw & sa vinaigrette

Lasagne aux légumes du soleil & mozzarella

Plat complet ou

Tomme noire ou Pont l'Evêque

Glace

## Vendredi

Macédoine de légumes et vinaigrette ou Salade de haricots verts & vinaigrette

Poisson pané & son citron



Riz 'BIO' façon pilaf ou Brocolis aux tomates séchées

Gouda ou Edam

Fruit de saison 'LOCAL'

\* Sous condition d'approvisionnement



En souligné : Repas des maternelles servi à table

du 17-juin au 21-juin

## Lundi

### Menus 5 en 4

Le tartare de tomate & mozzarella ou Salade de concombre à la féta

Pilon de poulet BBC rôti à l'ail

Boullgour à l'huile d'olive ou Ratatouille 'Maison'

Fruit de saison 'BIO'



## Mardi

### Menus GreenDay

Salade verte à la vinaigrette

Omelette 'BIO' aux herbes



Poêlée de courgettes ou Riz 'BIO' façon pilaf



Yaourt aux fruits ou Yaourt aromatisé

Moelleux au chocolat



## Mercredi

Salade de pommes de terre aux cornichons

Filet de poisson & sa sauce citronnée

Poêlée de légumes de saison

Fromage blanc nature

Fruit de saison 'BIO'



## Jeudi

Animation : Un avant goût des vacances avec la Fête Foraine

Tranche de pastèque

Hot Dog

Frites

Yaourt aux fruits

Glace



## Vendredi

Radis rose & son beurre ou Tranche de melon

Steak haché de bœuf

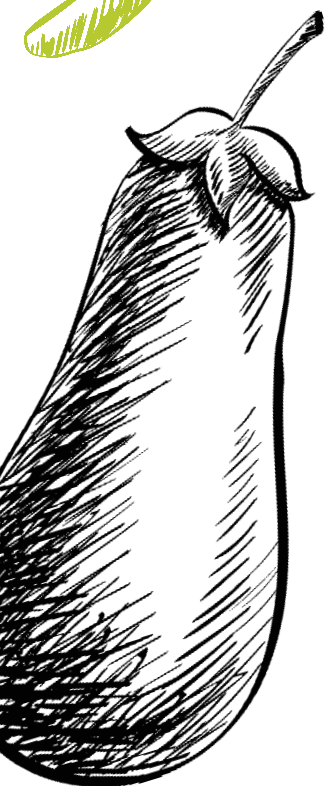
Gnocchis poêlés ou Haricots verts aux échalotes

Petit suisse aux fruits ou Fromage blanc

Compote de pommes 'BIO'



\* Sous condition d'approvisionnement



# Jeudi 20 juin 2024



## Un avant goût des vacances à la fête foraine



**M R S**

mieux manger, mieux vivre  
RHÔNE ALPES



En souligné : Repas des maternelles servi à table

du 24-juin au 28-juin

## Lundi

Salade verte aux herbes fraîches

Escalope de volaille à la crème

Farfales au beurre

Poêlée de haricots verts et petits pois

Fromage à tartiner ou Pont l'Evêque

Fruit de saison 'LOCAL'



## Mardi

Avocat vinaigrette ou

Duo de melon jaune & oranges

Nugget de poulet

Frites

Saint Nectaire ou Cantal

Compote de pommes & fraises

## Mercredi

Salade de penne 'BIO' aux tomates



Sauté de veau à l'estragon

Brocolis aux amandes

Yaourt aux fruits

Fruit de saison 'BIO'



## Jendredi

### Menus GreenDay

Ouf dur à la mayonnaise

Dahl de lentilles corails à l'Indienne



Riz 'BIO' façon créole

Yaourt à la vanille ou Fromage blanc & coulis de fruits

Fruit de saison



## Vendredi

Menus 5 en 4 La recette du mois : Le marbré au chocolat

Tranche de pastèque ou Carottes râpées & sa vinaigrette citronnée

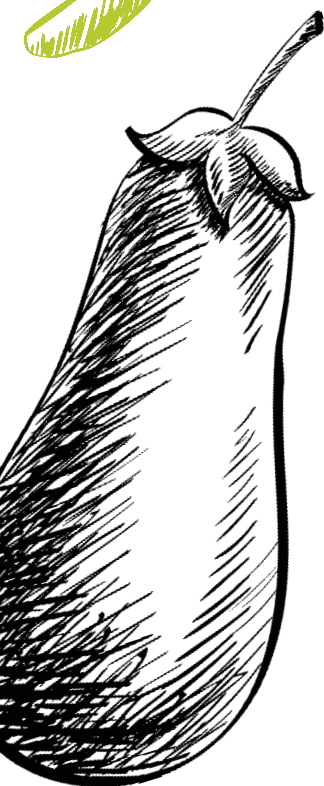
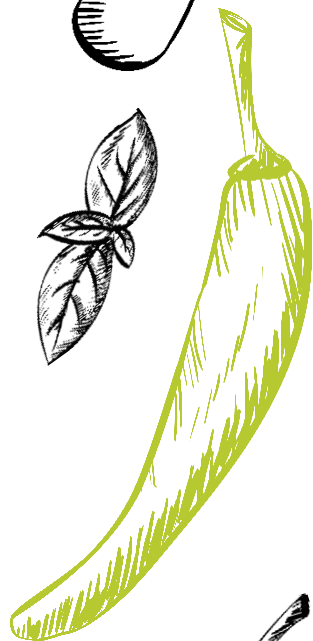
Filet de poisson & sa sauce vierge

Ratatouille 'Maison' ou Pommes de terre vapeur

Yaourt à la vanille ou Petit suisse aromatisé

Marbré au chocolat

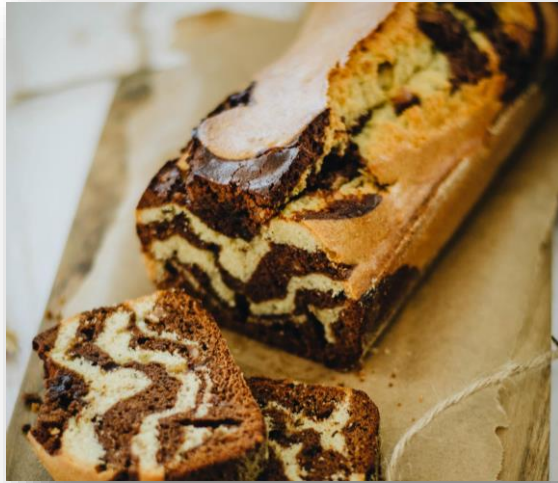
\* Sous condition d'approvisionnement





# La Recette du mois de Juin 2024

## Moelleux marbré

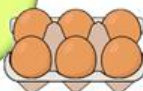


### La recette

#### Moelleux marbré

- 1) Avec tes parents, fais fondre le beurre dans une casserole.
- 2) Dans un récipient mélange les œufs le sucre et le beurre fondu.
- 3) Ajoutes ensuite le lait puis la farine et la levure. Mélanges bien.
- 4) Divises ta préparation en deux. Dans l'un de tes récipients, ajoutes la vanille liquide. Dans l'autre préparation ajoutes le chocolat que tu auras préalablement fondus.
- 5) Dans ton moule à cake, dispose une couche d'appareil à la vanille, puis une couche de chocolat et ainsi de suite. A l'aide d'un couteau et accompagné de tes parents, mélanges légèrement afin de créer de jolies marbrures.
- 6) Fais cuire ton gâteau au four pendant 35 à 40 minutes à 180°C.

C'est prêt, tu peux déguster !



Juin 2024



**M R S**  
mieux manger, mieux vivre  
RHÔNE ALPES



#### Ingrédients :

pour 8 personnes environ

- 75g **beurre**
- 150ml de **lait**
- 3 **œufs**
- 240g de **farine**
- 1 **sachet de levure**
- 150g de **sucre**
- 3g de **vanille liquide**

Suis l'astuce du Chef Dragon :

Pour plus de gourmandise, tu peux changer le chocolat par un autre parfum comme des fruits.







En souligné : Repas des maternelles servi à table

du 1-juil. au 5-juil.



## Lundi

Tranche de pastèque ou Carottes 'BIO' râpées & sa vinaigrette citronnée   
Emincé de poulet 'Label Rouge' au curry 

Pennes à l'huile d'olive Poêlée de courgettes aux oignons

Cantal ou Coulommier

Fruit de saison 'LOCAL' 


## Mardi

Quiche au fromage

Steak de bœuf & son jus tradition

Aubergines grillées ou Semoule à l'huile d'olive

Yaourt à la vanille ou Fromage blanc nature

Fruit de saison 'LOCAL' 

## Mercredi

Coleslaw vinaigrette

Filet de poisson & sa sauce à la ciboulette

Poêlée de légumes de saison

Fromage à tartiner

Gaufre au sucre

## Jeudi

Menus GreenDay

Salade verte 'LOCAL' & ses croûtons 

Quennelle 'Région' à la sauce tomate

 Riz 'BIO' façon créole ou Tomates à la Provençale

Camembert ou Edam

Fruit de saison 'BIO' 



## Vendredi

Tranche de melon

Sandwich au thon

Chips

Gouda

Compote de pommes

\* Sous condition d'approvisionnement