Restaurant Scolaire de Verberie

Légende des couleurs :

Repas de Noël — Chronique culinaire — Produit local — Com' Fruits & Légumes — Produit bio

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
NOVEMBRE 2015 — DU 2 AU 6	velouté de potiron parfumé estouffade de volaille à l'ancienne semoule et courgettes camembert banane	carottes râpées jambon sauce aux oignons frites tomme blanche yaourt aux fruits	salade composée au surimi paupiette de veau purée shrek verre de lait compote de fruits	œuf dur mayonnaise aux fines herbes poisson du marché à la provençale gratin de potiron edam *pomme locale*	concombres bulgares bio rôti de bœuf coquillettes kiri crème aux œufs chocolatée
DU 9 AU 13	salade coleslaw palette de porc à la diable flageolets boursin mousse à la framboise	maquereaux bœuf mode carottes et pommes de terre brie poire	FERIE	salade de céleri et poire escalope de dinde pommes de terre sautées aux oignons rondelé nature ananas au sirop	salade de perles poisson du marché sauce échalotes chou vert bio samos tarte normande
DU 16 AU 20	salade de mâche aux œufs *sauté de porc picard aux herbes* petits pois et carottes bio st paulin kiwi	carottes râpées à l'ananas hachis parmentier salade verte vache qui rit tarte à la noix de coco	terrine de légumes steak haché au poivre printanière de légumes kiri beignet au chocolat	salade d'*endives locales* aux noix poisson du marché sauce citron riz et courgettes camembert entremets au caramel	quiche lorraine paupiette de dinde semoule fromage blanc fruité ananas frais
DU 23 AU 27	betteraves râpées et chantilly salée tagliatelles carbonara salade verte mimolette mousse au chocolat	salade de riz créole saucisse de toulouse écrasé de carottes et navets glacés au miel et curcuma tomme blanche clémentines	lentilles vinaigrette nugget's sauce tomate pâtes boursin salade de fruits	pâté de campagne poisson du marché sauce clémentines pommes vapeur et haricots verts emmental *poire locale*	salade de cœurs de palmier estouffade bouguignonne coco bio aux herbes & endives braisées gouda fromage blanc nappé d'un coulis de fruits
DECEMBRE 2015 — DU 30 AU 4	*céleri local* aux pommes sauté de dinde vallée d'auge papillons tomme noire entremets pistache	sardines tomatées mijoté de veau semoule et endives braisées à l'orange camembert bio banane	saucisson sec cuisse de poulet au jus pommes boulangères carré frais pêche au sirop	salade d'endives persillées brochette de porc à la catalane blé aux poivrons kiri liégeois au chocolat	betteraves rouges aux pois chiche poisson du marché aux carottes purée de légumes verts gouda crêpe à la chantilly
DU 7 au 11	tarte océane à la provençale paupiette de dinde carottes bio et lentilles tomme grise yaourt aromatisé	chou blanc au pamplemousse poisson du jour pommes persillées vache qui rit riz au lait à la clémentine	salade de macédoine au thon cordon bleu sauce emmental farfalles yaourt sucré *pomme locale*	asperges et maïs aux herbes pot-au-feu légumes du pot rondelé nature soupe d'agrumes à la vanille	salade coleslaw chili con carne du chef poivrons et riz edam poire pochée au chocolat
DU 14 AU 18	salade d'avocat et basilic poisson pané riz à la sauce tomate tomme noire banane	salade d'artichauts sauté de dinde au curry duo de choux bio boursin gaufre au sucre glace	salade d'endives fromagère crépinette au thym purée de pommes de terre carré frais clémentines	terrine de saumon et cabillaud pintade aux aromates pommes noisettes et flan de légumes bûchette de chèvre bûche de Noël au chocolat	guacamole escalope de porc charcutière pâtes kiri entremets à la vanille

Soyons Complices à table !

NOVEMBRE-DECEMBRE 2015

Je souhaite que mes enfants mangent les légumes !

Comment les cuisiner ?

En associant des féculents aux légumes, vous aiderez les enfants à y goûter tout en assurant un bon équilibre nutritionnel.

Vous pouvez aussi les proposer en brochettes, en purée, en soupe ou dans une tarte salée.

Laissez libre court à votre imagination et n'hésitez pas à proposer plusieurs fois les mêmes légumes sous différentes formes : il faut goûter jusqu'à 8 fois un nouvel aliment pour l'apprécier.

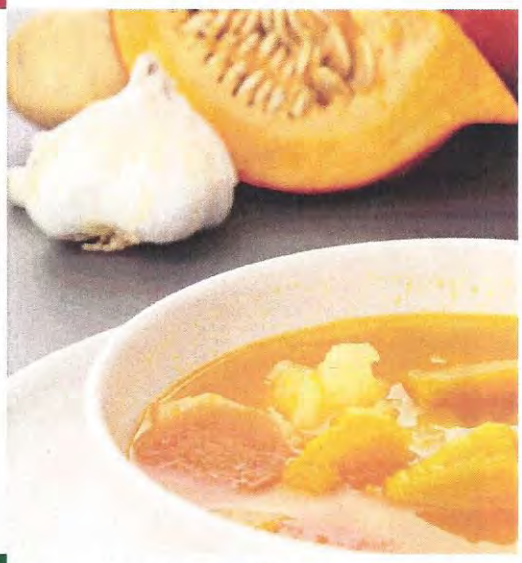
C'est la saison ! Velouté de potiron et panais

Recette pour 6 personnes.

Laver, éplucher et couper en cubes 1kg de potiron et 500g de panais.

Dans une cocotte, faire suer une échalote dans un peu d'huile et y ajouter les légumes. Recouvrir d'eau.

Ajouter du sel, du poivre, de la cannelle et une pointe de curcuma. Cuire environ 45 minutes, mixer et ajouter de la crème ou du fromage à tartiner pour plus d'onctuosité.



merci

Avec vous, nous avons réduit nos déchets de 12%* depuis juillet 2013

Notre objectif avec Global Union atteindre 20% de réduction en 2017.

Semaine Européenne de la Réduction des Déchets

Api s'engage contre le gaspillage alimentaire.

Grâce à l'implication de tous, nous avons réduit de 12% les déchets depuis 2013. En mettant en place différentes actions de sensibilisation, nous atteindrons notre objectif ambitieux : -20% de gaspillage d'ici 2017.

Du 21 au 29 novembre, mobilisons-nous à l'occasion de la Semaine Européenne de la Réduction des Déchets et diminuons le gaspillage alimentaire - à la maison comme à l'école.