



Agglomération du Pays de l'Or

Menu du restaurant scolaire - MARS 2012



pays de l'or
AGGLOMÉRATION

Lundi

Mardi

Jeudi

Vendredi

5 mars 2012

Endives-émmental-pomme
Boulette de bœuf sœ tomate
Semoule de blé
Yaourt bio

6 mars 2012

Salade de pommes de terre
Rôti de dindonneau
Carottes béchamel
Fruit

12 mars 2012

Duo cèleri/carotte vinaigrette
Steak haché
Frites (self)-Pommes rissolées (P.M.)
Tome blanche

13 mars 2012

Saucisson cornichon
Seiche à la provençale
Riz créole
Vache qui rit
Fruit

19 mars 2012

Pâté de campagne
Paupiette de veau
Poêlée de légumes
Yaourt bio

20 mars 2012

Salade verte
Couscous à l'agneau
Crème dessert

26 mars 2012

Sardine citron
Pâte à la bolognaise
Kiwi
Compote

27 mars 2012

Pizza fromage
Filet de poisson
Florentine
Fruit

1er mars 2012

Taboulé
Cordon bleu
Haricots vert bio
Cantal
Fruit

8 mars 2012

Salade de riz
Filet de poisson pané
Haricots plats
Chavroux

15 mars 2012

Salade verte
Sauté de veau
Farfales
Yaourt bulgare

22 mars 2012

Carottes râpées
Filet de colin sœ curry
Pomme de terre vapeur
Rondelé

29 mars 2012

Salade verte
Saucisse grillée
Lentilles
Tome des Pyrénées

2 mars 2012

Betterave à l'orange
Filet de colin
Crème de poireau / Ebly
Camembert

9 mars 2012

Salade verte
Bœuf bourguignon
Coquillettes
Flan

16 mars 2012

Taboulé
Poulet rôti
Haricots verts bio
St Paulin

23 mars 2012

1/2 oeuf mimosa
Rôti de porc
Haricots blancs à la tomate
Petit-suisse

30 mars 2012

Chou-fleur bio en salade
Blanc de poulet
Ratatouille/Pommes de terre
Fromage blanc
Fruit

Recette du mois...

FLAN AUX POMMES
(6 personnes)

Ingrédients

- . 4 pommes
- . 50 g de beurre
- . 80 g de farine
- . 50 g de sucre
- . 2 sachets de sucre vanillé
- . 4 œufs
- . 25 cl de lait

Préparation

- . Eplucher les pommes, les couper en quartiers et les faire dorer dans le beurre pendant 5 à 10 min dans une casserole.
- . Ensuite verser la farine tamisée dans un saladier avec les 4 oeufs et le sucre. Delayer avec le lait.
- . Dans un moule beurré, verser la préparation et ensuite les pommes légèrement dorées.
- . Mettre au four pendant 40 min. environ. Le flan doit être doré sur le dessus.

www.paysdelor.fr

Menus établis par Mme ESCOFFIER, diététicienne diplômée
(Tél. C.C. Mauguio : 04.67.29.31.73)