

Menu du Lundi 19 Juin au Vendredi 23 Juin 2023

Semaine 25

Lundi

-  **Betteraves vinaigrette**
-  **Rôti de dinde sauce tomate**
-  **Blé à la tomate**
- Emmental**
- Compote de fruits**

Mardi

Repas biologique



-  **Salade napolé bio** 
-  **Boulettes de boeuf sauce forestière** 
-  **Petits pois bio** 
- Gouda bio** 
-  **Fruit bio** 

Mercredi







Jeudi

Repas bio végétarien

-  **Salade verte bio**
- Raviolis bio à l'orientale**
- Carré Montsurais bio**
-  **Fruit bio**

Vendredi

-  **Salade de tomates et concombres**
-  **Poisson pané**
-  **Haricots beurre persillés**
- Yaourt sucré**
-  **Far aux pépites de chocolat**

Les groupes d'aliments

Fruits et Légumes

Viandes, poisson oeufs

Féculets

Matières grasses


Produits laitiers


Produits sucrés

Présence de porc signalée par *

Légende :

Produit issu de l'agriculture biologique 

Produit de saison 

Produit local 

Vendredi, nos cuisiniers ont préparé un Far aux pépites de chocolat !
Si tu l'as apprécié et que tu souhaites le confectionner à ta maison,
le chef te dévoile sa recette :

Ingrédients
(pour 6 personnes)

- 3 oeufs
- 50cl de lait
- 25g de beurre
- 100g de pépites de chocolat
- 100g de sucre
- 130g de farine

Recette :

- Préchauffer le four à 200°C.
- Mélanger les oeufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
- Ajouter le lait tempéré, puis la farine.
- Enfin ajouter le beurre fondu.
- Verser la pâte dans un moule et faire cuire 10min, puis ajouter les pépites de chocolat.
- Baisser le four à 180°C et laisser cuire le tout 30min supplémentaires.
- Sortir le plat du four et attendre qu'il refroidisse avant de déguster.

