



# Janvier



## MENU DU RESTAURANT SCOLAIRE



	<b>Lundi 6</b>	<b>Mardi 7</b>	<b>Jeudi 9</b>	<b>Vendredi 10</b>
	Jambonneau Frites Fromage Fruit	Soupe "aux lettres" Curry de lentilles corail Riz Galette des rois	Blanquette de veau Pdt/Carottes Fromage Fruit aux sirop	Rillettes de thon Boulette de bœuf Pâtes Yaourt nature
	<b>Lundi 13</b>	<b>Mardi 14</b>	<b>Jeudi 16</b>	<b>Vendredi 17</b>
	Nuggets de poulet Haricots verts Fromage Compote	Salade composée Sauté de bœuf Haricots cocos Gâteau au chocolat	Légumes couscous Semoule/Chipolatas Fromage Salade de fruits	Bâtonnets concombre Filet de poisson Galette de légumes Crème dessert
	<b>Lundi 20</b>	<b>Mardi 21</b>	<b>Jeudi 23</b>	<b>Vendredi 24</b>
	Hachis parmentier Salade verte Fromage Ananas au sirop	Potage Wings de poulet Paëlla Gâteau	Pizza d'hiver Salade verte Fromage Fruit	Pâté de campagne Sauté de poulet Petits pois Fromage blanc
	<b>Lundi 27</b>	<b>Mardi 28</b>	<b>Jeudi 30</b>	<b>Vendredi 31 : Chandeleur</b>
	Filet meunière Poireaux/Semoule Fromage Fruit	Feuilleté Pâtes aux légumes Crème de butternut Yaourt fruit	Saucisses Lentilles Fromage Compote	Jus de pomme Galette complète Salade Crêpe



La fabrique à Menu, est là pour vous aider à composer vos repas du dîner :



### Légende :

- Légumes et fruits crus
- Légumes et fruits cuits
- Viande, Poisson, Oeuf
- Féculents
- Produits Laitiers
- Repas sans protéine animale

- Source de glucides, minéraux, vitamines, fibres
- Source de protéines animales, lipides, vitamines, fer
- Source de glucides complexes, protéines, vitamines, fibres
- Source de protéines, calcium, vitamines
- Source de protéines végétales, glucides, fibres

Bonne année 2025 !

Bon Appétit!



- \* Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats
- \* Des aléas d'approvisionnements peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés



### NOS APPROVISIONNEMENTS :

**Desserts:** yaourts ou fruits sont proposés à chaque repas

**Jus de pommes:** "Prat Rouz" à Penvenan et "Le pépin voyageur" à Langoat

**Fruits :** pommes, bananes et kiwis sont issus de l'agriculture biologique. Les pommes sont cultivées à Langoat

**Légumes:** ferme "St Guénolé" à Trévou-Tréguignec et ferme "Boiséon" à Penvénan

**Pain:** Boulangeries de Penvénan/ Langoat. Pain bio: "Ferme des hautes terres" à Plouaescant

**Poisson:** le poisson frais est fourni par "Top atlantique" à Trémuson

**Viandes et charcuterie :** La viande est d'origine française. "Talhouet" à Lannion et "Ferme du Trégor" à Berhet

**Volaille :** Volaille d'origine bretonne. "Terre et plumes" et "Vol' France"

**Œufs :** "Ferme des Œufs Guindy"

à Rospez

**Yaourt et crème dessert bio:** "Ty Lipous" à Moustéru et "Les Belles Frangines" à Magoar



Avez-vous une suggestion ?



### Galette des rois



- Ingrédients : 6 pers**
- 2 pâte feuilletée
  - 75g beurre mou
  - 100g sucre fin
  - 140g poudre amande
  - 2 oeufs
  - 1 jaune d'oeuf
  - 1 fève

### L'ACTUALITE DU MOIS

#### Préparation :

- 1) Placer une pâte feuilletée dans un moule à tarte, piquer la pâte avec une fourchette
- Dans un saladier, mélanger la poudre d'amandes, le sucre, les 2 œufs et le beurre mou.
- Placer la pâte obtenue dans le moule à tarte et y cacher la fève.
- Faire des dessins sur le couvercle et badigeonner avec le jaune d'œuf

200 °C

25 min