



Menus Scolaire & Centre de loisirs

Du 04 au 08 Janvier 2021



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Roulé au fromage Friand au fromage	Céleri rémoulade Laitue au maïs	Endives aux noix Salade mâche aux olives		Potage à la tomate et vermicelles
Filet de limande Meunière et citron	Pâtes à la bolognaise	Rôti de veau sauce grand-mère	Crêpinette de porc Normande	Pané de mozzarella et ketchup
Haricots verts Savoir du Soleil	Pâtes bolognaise végétarienne	Omelette nature	Paupiette de saumon Normande	Purée de pommes de terre et pois cassés
	Camembert Brie	Edam Tomme grise	Crème Anglaise	Fromage frais sucré Fromage frais aux fruits
Clémentine	Kiwi	Galette des rois Frangipane	Couronne des Rois	Compote de pommes Compote de pommes pêches

Confectionné à la cuisine centrale
Fromage AOC

Produits locaux circuits courts
Origine France

Agriculture Biologique
MSC durabilité de l'activité de pêche de HALIEUTIS.

Bœuf Race à viande
Viandes Label Rouge

Nouveauté
Volaille certifiée

Toutes nos sauces sont confectionnées sur la Cuisine

ZOOM sur :
La couronne des rois

Ingrédients pour 6 personnes :

- 2 oeufs + 1 jaune pour la dorure
- 170 ml de lait
- 100 g de beurre mou
- 50 g de sucre en poudre
- 2 c.s. de fleur d'oranger
- 430 g de farine T45
- 1 sachet de levure boulangère
- Sucre grains pour la décoration
- Fève (facultatif)

Préparation :

Mettre l'ensemble des ingrédients dans votre machine à pain ou dans votre robot puis pétrir la pâte jusqu'à obtenir une pâte lisse et homogène. Pour les plus courageux, cette recette se réalise aussi à la main, il suffit de mélanger les liquides ensemble puis d'ajouter la farine et la levure et de pétrir la pâte. Incorporer ensuite le beurre mou. Laisser la pâte reposer 2h à température ambiante recouverte d'un torchon propre. Dégazer la pâte puis façonner une boule. Faire un trou assez grand au centre de votre boule. Avec la levée + la cuisson au four le trou va rétrécir, la petite astuce est de beurrer un petit cercle à pâtisserie et de le déposer au centre de votre boule. Placer une fève dans la couronne. Laisser de nouveau reposer 1h à température ambiante. Mélanger le jaune d'oeuf avec un peu d'eau puis badigeonner à l'aide d'un pinceau la couronne. Parsemer de sucre grains puis enfourner dans un four préchauffé à 170°C pour 40 minutes de cuisson.

Les galettes proposées au menu du jeudi 7 janvier proviennent de la boulangerie NICOLLE à Agen.



La route des producteurs
50 Kg

Céleri
CAUDECOSTE
47

La route des producteurs
680 Kg

Kiwi
LOT ET
GARONNE 47

La route des producteurs
300 Kg

Carottes
FAUILLET
47

La route des producteurs
580 pièces











































Couronne
des rois
AGEN
47

La route des producteurs
1000 Kg

Pomme de terre
FAUILLET
47



La route des producteurs locaux et bio

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 Œuf dur mayonnaise	 Carottes râpées vinaigrette du Terroir Salade Fantaisie (frisée, chou chinois et chicorée)	 Rillettes à la sardine	 Potage de légumes 	 Salade Anglaise au cheddar (laitue, cheddar, croûtons et vinaigrette du Terroir) Radis beurre
 Pâtes pépinettes sauce végétarienne aux haricots blancs 	 Poulet rôti   Blanquette de lieu 	Escalope de dinde Viennoise	 Sauté de bœuf Forestière 	 Poisson du "marché" sauce Dieppoise  
	 Chou fleur et pommes de terre béchamel 	 Flan d'épinards	 Riz créole 	Pommes Smiles
Cantal  Saint Paulin	Fromage blanc à l'Oréo Fromage blanc aux spéculoos	Carré de l'Est Bûchette Mi chèvre	 Yaourt nature et sucre  Yaourt aromatisé 	
Pomme  Orange		Banane	 Kiwi 	Compote de pommes poires Compote de pommes cassis Et Petit Beurre
 Confectionné à la cuisine centrale  Fromage AOC	 Produits locaux circuits courts  Origine France	 Agriculture Biologique  MSC durabilité de l'activité de pêche de HALIEUTIS.	 Bœuf Race à viande  Viandes Label Rouge	 Nouveauté  Volaille certifiée

* sous réserve d'approvisionnement chez notre fournisseur

Toutes nos sauces sont confectionnées sur la Cuisine

DES OEUFS 100% BIO

Depuis septembre 2019, tous les œufs servis en hors d'œuvres et en omelettes sont issus de l'agriculture biologique française : ce choix fait par le groupement de commandes d'Agen est porté par le souhait de favoriser un élevage fermier respectueux de l'environnement et du bien être animal

prochain service
Lundi 11 janvier 2021

6 bonnes raisons de manger des œufs régulièrement

- Riches en protéines
- Un œuf de 60 grammes contient 7 à 8 g de protéines et fournit un cinquième de nos besoins journaliers en protéines
- Généreux en vitamines et oligoéléments
- Apportent de la choline (c'est un nutriment essentiel initialement classé dans le groupe des vitamines B)
- Fournissent de bonnes graisses
- Contiennent des antioxydants bons pour les yeux



La route des producteurs locaux et bio

	 320 Kg Carottes FAUILLET 47	 700 Kg Pommes COLAYRAC ST CIRQ 47	 200 Kg Salade STE BAZEILLE 47	 755 Kg Poulet DORDOGNE 24	 400 Kg Pomme de terre FAUILLET 47	
--	--	--	--	--	--	---