



Restaurant scolaire - LE HEZO

Menus du lundi 5 novembre au vendredi 9 novembre 2018

Member de



BASE 5E

Semaine 45
(5é.)

Lundi



Entrée	Sauté de dinde au romarin
Plat principal	Haricots beurre à la provençale
Légume Féculent	Semoule aux raisins
Produit laitier	Coulommiers
Dessert	Fruit de saison

Mardi

Salade AB aux dés de fromages
Marengo de veau à la tomate
Flageolets Courgettes à la provençale
Yaourt sucré

Mercredi

Entrée	Tartiflette (PDT AB) maison *
Plat principal	Petit suisses aux fruits
Légume Féculent	Fruit de saison

Jeudi



Entrée	Céleri et maïs
Plat principal	Dos de colin à la crème de poireaux
Légume Féculent	Carottes rissolées AB Riz aux poivrons
Produit laitier	Eclair au chocolat

Vendredi

* Plats composés
** Sans sauce

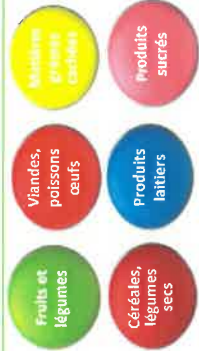
Nouveauté



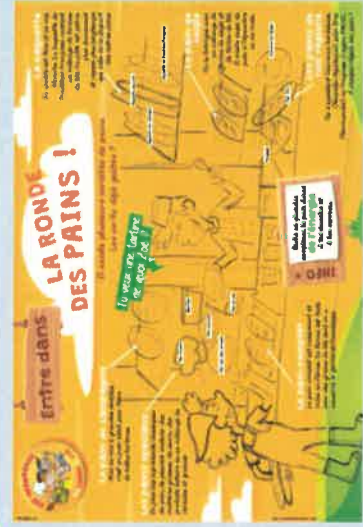
Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

Nos salades:

Salade aux dés de fromages: salade verte, tomate, épaule, fromage



Les groupes d'aliments :



: La ronde des pains
Durant le mois de novembre, découvrez une recette par semaine à base de pain ou dérivés.

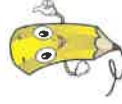


Pour des raisons d'approvisionnement, Océane de Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension. Océane de Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF.





Member de



Lundi

Mardi

Jeudi

Vendredi

Semaine 46
(5é.)

Entrée	Produit laitier	Dessert
Plat principal	Légume Féculent	
Coquillettes orientales*	Chantailou ail et fines herbes	Yaourt aromatisé
Edam	Edam	Edam
Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison
Pizza au fromage	Filet de poulet**	Maestro chocolat

* Plats composés
** Sans sauce

Nouveauté

Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

Nos salades:

Taboulé: semoule de blé, tomate, poivron, citron, oignon

Salade de lardons aux croûtons: salade verte, lardons, tomate, croûtons
Poêlée du marché: Carottes, haricots verts, brocolis, choux fleurs, petits pois, oignons, poivrons, p. de terre, lardons

Coquillettes orientales: Sauce bolognaise à base de boeuf haché et de merguez.



Les groupes d'aliments :



Le sais-tu?

Avec le pain dur, on peut faire des croûtons, de la chapelure, des toasts, des bruschettas ou du pain perdu.



Pour des raisons d'approvisionnement, Océane de Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes au menu et vous remercie de votre compréhension
Océane de Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF





Restaurant scolaire - LE HEZO

Menus du lundi 19 novembre au vendredi 23 novembre 2018

Member de



Semaine 47



Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Lundi

Aiguillettes de poulet au piment d'Espelette

Poêlée villageoise
Pâtes aux poivrons

Fromage blanc

Fruit de saison



Mardi

Demi pamplemousse

Hoki poêlé doré au beurre

Riz d'or AB
Poêlée celtique

Compote aux deux fruits



N

* Plats composés

** Sans sauce



Nouveauté

Mercredi

Spaghettis

sauce aux lentilles*

Yaourt brassé nature
et dosette de sucre

Spéculos



Vendredi

Tartine

Flammekueche

Daube provençal

Haricots verts extra fins
Pommes vapeur AB

Fruit de saison



Nos salades:

Salade des carpâtes: pdt de terre, lardons, carotte râpée, oignon, persil



Les groupes d'aliments :



LES BONS REFLEXES

**DIMINUEZ
TRIEZ
TRANSFORMEZ**
Les déchets alimentaires
en compost!

**Le compostage, c'est facile,
c'est naturel, et ça nourrit
les plantes!**



Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

Pour des raisons d'approvisionnement, Océane de Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.
Océane de Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF.





Semaine 48
(5é.)



Lundi

Entrée			
Plat principal	Fish burger *	Frites	Salade verte AB
Légume Féculent			
Produit laitier			
Dessert			

Mardi

Macédoine de légumes			
Lasagnes			
bolognaise*			
Compote de pomme			

Mercredi

Jeudi

	Sauté de dinde à la dijonnaise		Petits pois extra fins	Pommes vapeur AB	Edam	Flan pâtissier
--	---------------------------------------	--	-------------------------------	-------------------------	-------------	-----------------------

Vendredi

Taboulé	Jambon grill sauce madère		Carottes vapeur AB	Riz		Yaourt aromatisé
----------------	----------------------------------	--	---------------------------	------------	--	-------------------------

* Plats composés
** Sans sauce



Nouveauté



Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

* Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les

véhicules.

Nos salades:

Salade Marco Polo: nouilles, surimi rondelle, poivron rouge, xérès, mayonnaise
Taboulé: Semoule de blé, tomate, poivron, citron, oignon

Les groupes d'aliments :

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Viandes, poissons, œufs
- Produits laitiers
- Aliments à forte teneur en matières grasses
- Produits sucrés





Member de



Lundi

Semaine 49
(5e.)

Mardi

Jeudi

Vendredi

Entrée	Salade Normande		Céleri à la crème
Plat principal	Rôti de porc à l'ancienne		Gratin de pommes de terre
Légume Féculent	Légumes façon tajine Riz		aux dés de volaille*
Produit laitier	Fruit de saison		Fruit de saison
Dessert	Fruit de saison		

* Plats composés
** Sans sauce



Nouveauté



Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

* Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

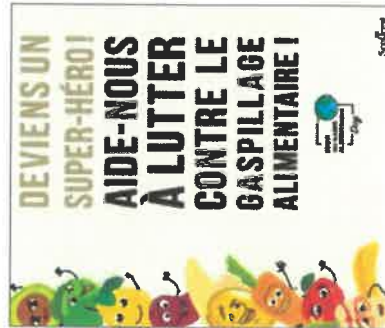
Nos salades:

- Salade 3 dés: épaule, fromage, carottes râpée, tomate
- Salade Normande: pdt de terre, lardons, dés de volaille, crème fraîche, ciboulette



Les groupes d'aliments :

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Vianes, poissons cuits
- Produits laitiers
- Médicaments, produits sucrés
- Produits sucrés





Restaurant scolaire - LE HEZO

Menus du lundi 10 décembre au vendredi 14 décembre 2018

Membre de



Semaine 50
(5é.)

Lundi

Entrée	Cassoulet*	Yaourt	Biscuits d'accompagnement
Plat principal			
Légume Féculent			
Produit laitier			
Dessert			

* Plats composés
** Sans sauce

Mardi

Crêpe au fromage	Filet de poisson meunière**	Ratatouille	Semoule	Crème dessert chocolat
------------------	-----------------------------	-------------	---------	------------------------

Nouveauté

Mercredi

Galette végétale	Pâtes aux poivrons	Gouda	Fruit de saison
------------------	--------------------	-------	-----------------

Vendredi

Salade paysanne	Filet de poulet	Epinards à la crème	Riz	Yaourt à la vanille
-----------------	-----------------	---------------------	-----	---------------------

Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

Nos salades:
Salade paysanne: Pdt de terre, salade verte, lardons fumés, oeuf dur

- Les groupes d'aliments :**
- Fruits et légumes
 - Céréales, légumineuses sèches
 - Vianades, poissons, œufs
 - Produits laitiers
 - Viande porcine crue/cuite
 - Produits sucrés



Pour des raisons d'approvisionnement, Océane de Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.
Océane de Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée VPF

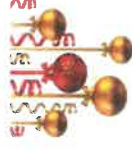


Restaurant scolaire - LE HEZO

Menus du lundi 17 décembre au vendredi 21 décembre 2018



Member de



Semaine 51
(5é.)

Lundi

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

Sauté de porc à la provençale

Petits pois à la française
Ebly AB à la tomate

Petit cotentin

Riz au lait

Mardi

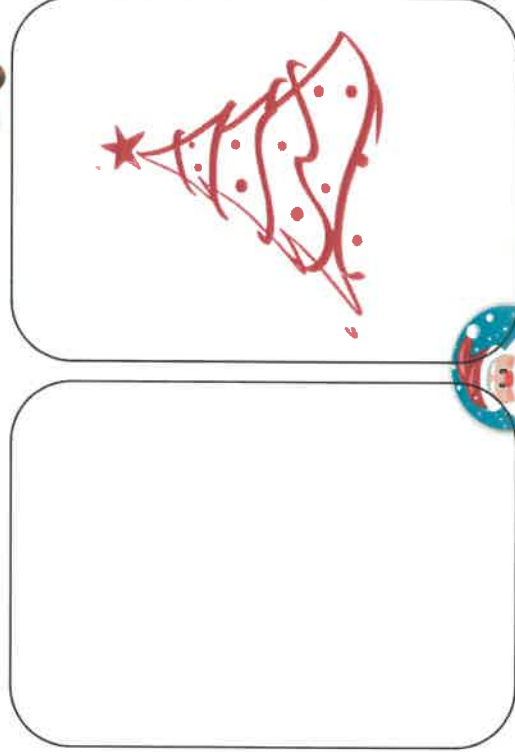
Salade AB de lardons aux croûtons

Lasagnes

bolognaise *

Fruit de saison

Mercredi



Vendredi

Taboulé

Filet de poisson

Julienne de légumes
Riz d'or

Fruit de saison

* Plats composés
** Sans sauce

Nouveauté



Nos approvisionnements sont issus majoritairement des régions Bretagne et Pays de la Loire

« Conformément à l'Article R412-15 du code de la consommation, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes à déclaration obligatoire qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

Nos salades:

Salade de lardons aux croûtons: salade verte, lardons, tomate, croûtons

Taboulé: Semoule de blé, tomate, poivron, citron, oignon

Toute l'équipe d'Océane de Restauration vous souhaite un

Foyeux Noël



Pour des raisons d'approvisionnement, Océane de Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.
Océane de Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002. Notre viande de porc est certifiée YPF

