

Semaine 47

Lundi
Repas biologique



Salade italienne bio vinaigrette

Steak haché de bœuf bio sauce Mironton

Julenne de légumes bio

Fruit bio

Mardi

Filet de poulet sauce New Delhi

Pommes de terre

Coulommiers (coupe)

Purée pomme poire bio

Mercredi

Jeudi
Repas végétarien

Salade farandole (salade verte, chou blanc, radis, maïs)

Chili sin carne

Riz bio

Mousse au chocolat

Vendredi

Poisson pané

Purée de potiron

Petit moulé ail et fines herbes

Far breton du chef

- Les groupes d'aliments
- Fruits et Légumes
 - Viandes, poisson oeufs
 - Féculents
 - Matières grasses
 - Produits laitiers
 - Produits sucrés

Repas de substitution :

- Lundi : Colin sauce mironton
- Mardi : Quenelles de brochet sauce New Delhi

Présence de porc signalée par *

Légende

- Produit issu de l'agriculture biologique
- Produit de saison
- Produit local
- Dessert du chef

La pâtisserie du chef !

Ce vendredi, tu pourras déguster la spécialité du chef, **le far breton !** La recette du far breton remonte au XIXème siècle. Il s'agit d'un gâteau assez dense et consistant, lointaine variante du clafoutis ou du flan pâtissier, qui se compose de farine de blé ou de sarrasin, de sucre, d'œuf, de beurre et de lait, le tout cuit dans un moule à gâteau au four.

Si le véritable far breton se déguste nature, la recette a évolué en y ajoutant des fruits secs ou le plus souvent des pruneaux.

Choix de la semaine

Entrée : Potage de légumes
Légume : Haricots beurre

