



Semaine 9 (5é.5j)

- Entrée
- Plat principal
- Légume Féculent
- Produit laitier
- Dessert

LUNDI 27 février 2017	MARDI 28 février 2017	MERCREDI 1 mars 2017	JEUDI 2 mars 2017	VENREDI 3 mars 2017
Potage Betteraves	Crêpe au fromage Crêpe au jambon		Macédoine au thon Palmier au maïs	Taboulé Salade chevette
Hachis parmentier	Poulet à la milanaise		Sauté de porc à la moutarde	Filet de poisson à la crème de poireaux
Salade verte	Petits pois		Pâtes 	Carottes
Fromage ou laitage	Fromage ou laitage		Fromage ou laitage	Fromage ou laitage
Yaourt aromatisé Corbeille de fruits	Compote Corbeille de fruits		Abricots au sirop Corbeille de fruits	Flan nappé caramel Corbeille de fruits





Au Moyen Age, le sel comme le sucre étaient très utiles pour conserver les aliments car il n'y avait pas tous les moyens que l'on connaît aujourd'hui. Le sel est indispensable au bon fonctionnement de notre corps mais en excès il n'est pas bon pour la santé. **Attention de ne pas resaler tes aliments et au sel caché dans les charcuteries, pizzas, biscuits apéritifs, gâteaux...**



Semaine 10 (5é.5j)

- Entrée
- Plat principal
- Légume Féculent
- Produit laitier
- Dessert

LUNDI 6 mars 2017	MARDI 7 mars 2017	MERCREDI 8 mars 2017	JEUDI 9 mars 2017	VENREDI 10 mars 2017
Concombre alpins Chou rouge	Pâtes au thon Pdt au surimi		 JEUDI  9 mars 2017	Potage Macédoine
Tartiflette	Sauté de bœuf à la provençale		Céleri à l'indienne Salade orange	Poisson meunière
Salade verte	Haricots verts		Poulet rôti	Julienne de légumes
Fromage ou laitage	Fromage ou laitage		Frites	Fromage ou laitage
Petit suisse sucré Corbeille de fruits	Mousse au chocolat Corbeille de fruits		Fromage ou laitage	Yaourt aromatisé  Corbeille de fruits

**Nos salades**

Salade chevette : pdt, chèvre, ciboulette  
Céleri à l'indienne : céleri, fromage blanc, curry, raisins secs  
Concombres alpins : Concombre, fromage blanc, citron  
Salade orange : Salade, carotte, mimolette, pomme

**Nos sauces**

Sauce à la milanaise : concassé de tomates, oignons, champignons  
Sauce à la provençale : tomate, ail, herbes, oignons, fond, roux, assaisonnement  
Fondue de poireaux : échalote, poireaux, fumet de poisson, crème fraîche, roux

**Pour votre information**

Pour des raisons d'approvisionnement, Océane de Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remerciera 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 11 (5é.5j)	LUNDI 13 mars 2017	MARDI 14 mars 2017	MERCREDI 15 mars 2017	JEUDI 16 mars 2017	VENREDI 17 mars 2017
<b>Entrée</b>	Betteraves Radis beurre	Salade chevrette Riz niçois		Salade aux œufs Tomate vinaigrette	Carottes au citron Asperges à la crème
<b>Plat principal</b>	Pâtes à la bolognaise	Curry de volaille		Jambon grillé	Dos de colin à la crème de poivrons rouges
<b>Légume Féculent</b>		Petits pois		Chou fleur	Pommes vapeur
<b>Produit laitier</b>	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage		Fromage ou laitage	Fromage ou laitage
<b>Dessert</b>	Flan vanille Corbeille de fruits	Crème au caramel Corbeille de fruits		Tarte aux pommes Corbeille de fruits	Compote Corbeille de fruits



Semaine 12 (5é.5j)	LUNDI 20 mars 2017	MARDI 21 mars 2017	MERCREDI 22 mars 2017	JEUDI 23 mars 2017	VENREDI 24 mars 2017
<b>Entrée</b>	Coquille monégasque Salade de blé	Salade de carottes Mâche au chèvre		Radis Salade grecque	Crêpe au fromage salade Napoli
<b>Plat principal</b>	Chipolatas	Bœuf braisé		Tajine de volaille	Filet de poisson meunière citron frais
<b>Légume Féculent</b>	Poêlée de légumes	Mogettes		Frites	Gratin de potiron
<b>Produit laitier</b>	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage		Fromage ou laitage	Fromage ou laitage
<b>Dessert</b>	Maestro chocolat Corbeille de fruits	Fromage blanc sablé de Retz Corbeille de fruits		Abricots au sirop Corbeille de fruits	Petit suisse sucré Corbeille de fruits

**Nos salades**

Salade chevrette : pommes de terre, chèvre, ciboulette, vinaigrette  
Coquillettes monégasques: coquillettes, thon, tomates, mayonnaise  
Salade grecque : tomate, concombre, fêta, échalote, vinaigrette

**Nos sauces**

Sauce au curry : curry, fond, oignons, roux, assaisonnement, crème  
Crème poivrons rouge: fumet, poivrons, crème, assaisonnement, roux

**Pour votre information**

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 13 (5é.5j)

- Entrée**
- Plat principal**
- Légume Féculent**
- Produit laitier**
- Dessert**

LUNDI 27 mars 2017	MARDI 28 mars 2017	MERCREDI 29 mars 2017	JEUDI 30 mars 2017	VENREDI 31 mars 2017
Tomate vinaigrette Macédoine	Salade Capri Pizza		Betteraves Pomelos	Taboulé Pdt au thon
Chili con carne	Cuisse de poulet		Rougail de saucisses	Blanquette de la mer
Haricots rouges	Haricots verts		Riz	Carottes
Fromage ou laitage	Fromage ou laitage		Fromage ou laitage	Fromage ou laitage
Flan nappé caramel Corbeille de fruits	Yaourt aromatisé Corbeille de fruits		Crème dessert Corbeille de fruits	Compote Corbeille de fruits



## C'est bientôt les vacances . . . !



Semaine 14 (5é.5j)

- Entrée**
- Plat principal**
- Légume Féculent**
- Produit laitier**
- Dessert**

LUNDI 3 avril 2017	MARDI 4 avril 2017	MERCREDI 5 avril 2017	JEUDI 6 avril 2017	VENREDI 7 avril 2017
Crêpe au fromage Quiche	Carottes au citron Salade aux lardons		Salade au fromage Œuf mimosa	Pâté de campagne Rillettes de maquereaux
Curry de volaille	Hachis parmentier		Rôti de porc aux petits légumes	Poisson meunière
Chou fleur	Salade verte		Pommes noisettes	Ratatouille
Fromage ou laitage	Fromage ou laitage		Fromage ou laitage	Fromage ou laitage
Yaourt sucré Corbeille de fruits	Cocktail de fruits Corbeille de fruits		Dessert de Pâques Corbeille de fruits	Petit suisse aux fruits Corbeille de fruits

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés

Matières grasses cachées

**Nos salades**

Salade capri : pâtes, dés de jambon, dés de tomates

**Nos sauces**

**Pour votre information**

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.

