

La ville de Saint-Denis vous souhaite un bon appétit !		29 janvier au 02 Février	05 au 09 Février	12 au 16 Février	19 au 23 Février	26 Février au 02 Mars	Légende				
LUNDI		Pomelos Paupiette de veau sauce estragon Carottes Vichy BJC AB Reblochon AC (Purée de fruit)		Radis beurre Filet de colin sauce au beurre citronné Printanière de légumes Riz au lait (Paillotine)		(Macédoine vinaigrette) Sauté de veau printanier Purée de chou fleur Carré de l'Est Cocktail de fruit		(Blancs de poireaux vinaigrette) Brandade de poisson Camembert Fruit		Salade de blé Œufs florentine Epinards BJC béchamel AB (Saint nectaire) AC Fruit	<p>Le vert clair : Légumes ou Fruits crus Le vert foncé : Légumes ou Fruits cuits Le rouge : Viande, Poisson ou Œuf Le Marron : Féculents Le Bleu : Produits Laitiers Le Jaune : Matières Grasses Le Rose : Sucre</p> <p> Bœuf Veau Volaille Poisson Porc Lapin Agneau Mouton Œuf de poule plein air Végétarien</p> <p> Label Rouge Poisson issu d'une pêche durable MSC Filière Bleu Blanc Cœur Appellation d'Origine Contrôlée Le pain servi est fabriqué à partir de Farine de blé Biologique</p> <p><small>La ville se réserve le droit de modifier les menus en cas de dysfonctionnement. Pour toute demande d'informations complémentaires, veuillez contacter la cuisine centrale au 01.83.72.20.30. L'ensemble de nos préparations est susceptible de contenir des traces d'allergènes, notamment : Gluten, Crustacés, Œufs, Poisson, Soja, Lait, Fruits à coque, Céleri, Moutarde, Graines de sésame, Anhydride sulfureux et sulfites, Lupin, Mollusques.</small></p>
Goûter	Pain + Confiture / Lait		Fruit / Brioches		Pain au chocolat / Lait		Gaufre vergeoise / Purée de fruit				
MARDI		Salade de chou blanc Lasagnes végétariennes légumes et pesto (Tomme blanche) Fruit Local issu de l'Agriculture Raisonnée		(Fartinable de surimi) Bœuf bourguignon Pommes vapeurs Gouda Fruit BJC AB	<p>Menu Carnaval Farandole de carottes et courgettes vinaigrette Poulet rôti et ketchup Churros de pomme de terre Yaourt nature BJC AB (Beignet à la pomme)</p>			Salade de chou rouge Pot au feu de bœuf Petit Suisse nature BJC AB (Mousse au chocolat)		(Salade verte) Tomate farcie au coulis Riz P'tit Louis Pomme cuite	
Goûter	Pain au lait / Ananas au sirop		Pain + Crème de marron / Yaourt aromatisé				Fruit Local issu de l'Agriculture Raisonnée / Pain au lait		Brioche aux pépites de chocolat / Jus de fruit		
MERCREDI		(Feuilleté fromage) Gigot d'agneau Flageolets au jus Fromage blanc nature BJC AB Fruit		(Potage de légumes) Jambon de dinde Brocolis Saint Paulin Fruit	<p>A Table Pour Ma Planète Céleri BJC remoulade AB Galette de pois chiche pané Ratatouille Yaourt Local aux fruits (Fruit Local issu de l'Agriculture Raisonnée)</p>			(Avocat sauce cocktail au surimi) Saucisse de volaille Purée de potiron Pyrénée Poire cuite au coulis		Betteraves vinaigrette Filet de hoki sauce safrané Poêlée de légumes Fromage blanc aromatisé (Fruit Local issu de l'Agriculture Raisonnée)	
Goûter	Moelleux au chocolat / Jus de fruit raisin		Madeleines / Lait vanille				Gaufre / Jus de fruit		Biscuit aux céréales Belvita / Jus de fruit		
JEUDI		Œuf dur mayonnaise Pâtes à la carbonara et râpé Emmental Fruit		Maïs vinaigrette Omelette Champignons de Paris à la crème (Edam BJC AB) Fruit Local issu de l'Agriculture Raisonnée		(Salade de pommes de terre BJC AB) Filet de merlu sauce matelote Petits pois Fromage à tartiner nature Fruit		(Salade de mâche aux croustons) Cuenelles nature sauce tomate Haricots beurre Cantal AC		Pomelos Escalope de dinde sauce financière Panais (Edam) Flan pâtissier	
Goûter	Corn flakes + Lait		Pain + Pâte à tartiner / Lait		Crêpes au sucre / Lait chocolaté		Biscuit chocolaté / Cocktail de fruit au sirop		Fruit / Petits beurre		
VENDREDI		Chandeleur (Salade verte aux betteraves) Galette de sarazin aux fruits de mer Yaourt soja aux fruits Minis crêpes à la confiture		Endives à la mimolette vinaigrette au miel Saumonette sauce crème Blé (Yaourt aromatisé) Abricots secs	<p>Nouvel an Chinois Salade de chou Chinois Nems aux crevettes Riz Cantonais de volaille Dessert soja vanille (Litchis au sirop)</p>			Salade de champignons Pavé de saumon beurre et citron Gnocchi sauce crème (Buche mi-chèvre) Purée de fruit BJC AB		(Asperges sauce mousseline) Fajine d'agneau Semoule BJC AB Comté AC Fruit	
Goûter	Fruit / Pain + Fromage à tartiner		Purée de fruit fraise / Cracottes et Confiture				Pain de mie et Miel / Petit Suisse sucré		Quatre quart / Lait chocolaté		Croissant / Crème dessert

Le 02 Février c'est la Chandeleur !

La recette des crêpes c'est super facile, alors l'occasion est bonne pour cuisiner en famille !
Des salées ou des sucrées ! On peut y mettre tout ce qui est bon ! Toutes les idées sont possibles !

Voici la recette :

Pour 24 crêpes

4 œufs

375 g de farine

3/4 litre de lait

Verser la farine et les œufs dans un saladier. Ajouter progressivement le lait en remuant avec un fouet. Laisser reposer la pâte pendant 1h.

Chauffer la poêle avec un peu de beurre. Verser de la pâte dans la poêle et la tourner pour la répartir sur toute la surface.

Laisser cuire 1 à 2 minutes, retourner et garnir avec les ingrédients de votre choix.

1 nouveau groupe scolaire (La Roseraie - de Chambrun) a été choisi pour intégrer à son tour notre programme d'actions de lutte contre la gaspillage alimentaire à partir de Février.
Différentes mesures sont mises en place. Elles sont déployées progressivement à l'ensemble des groupes scolaires
* Une réorganisation de la distribution du pain,
* Une réadaptation des portions en fonction de l'appétit de chaque enfant en élémentaire,
* Un passage de 5 à 4 composantes en maternelle dans le respect de l'équilibre alimentaire et de l'appétit des enfants. Vous pouvez repérer l'élément non servi grâce aux (parenthèses) dans le menu.
Pour davantage d'explications, n'hésitez pas à contacter la cuisine centrale au 01.83.72.20.30