LES SAVEURS DU MOIS
Dans mon Restaurant Scolaire

MALLEMORT DE PROVENCE

Du 29 novembre 2021 au 07 janvier 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine du 29 novembre au 03 décembre	Batavia maïs Blanquette de volaille* Riz aux légumes Fromage Fruit	Céleri rémoulade* Poisson Gratin de carottes* Fromage Compote		Fenouil Boulette de bœuf Pâtes Fromage râpé Tarte aux pommes *	Salade céréalienne* Pizza fromage* Crème dessert Fruit
Semaine du 06 au 10 décembre 2021	Charcuterie avec sa salade omelette au fromage* Gratin de choux fleurs* Fromage Fruit	Soupe de vermicelles* Lentilles aux* Légumes Créme dessert fruit		Carottes râpées* Sauté de bœuf * Écrase de p terre* Yaourt nature Fruit	Œufs durs avec sa salade Gratin de poisson* Riz aux légumes Fromage blanc Fruit
Semaine du 13 au 17 décembre 2021 ***Jeudi 16 repas de noël***	Duo de chou Rôti de porc Flageolets au jus Fromage Fruit de saison	betterave en salade Lasagne aux épinards et fromage de chèvre* Fromage blanc crème de marron Fruit		Repas de noël Voir affiche Joyeux noël	Radis au beurre Poisson au fenouil confit * Petits pois Yaourt nature Compote
Semaine du 03 au 07 janvier 2022	Salade verte Escalope de volaille Riz aux légumes Fromage fruit	Salade verte sardine Rôti de porc flageolets et carottes Fromage Compote		Mâche aux noix Poisson aïoli pomme vapeur Fromage blanc Fruit	Soupe de légumes* Gratin de macaroni au *reblochon Salade verte Clafoutis aux pommes*

Pain Bio tous les jours Viandes, poissons, œufs Céréales, féculents et légumineuses Fruits et Légumes Produits laitiers

Les viandes sont d'origines française

Nous restons tributaires de certains phénomènes indépendants de notre volonté, tels que rupture du fournisseur ou mouvements de grèves. Dans ces cas de figure, les menus peuvent subir des modifications de dernière minute. Toutes les viandes de bœuf sont d'origine française.

Produit issu de l'Agriculture Biologique : ***Produit à Mallemort :*** ***Plat fait maison :*** ** (astérisque)* Menu sans protéine animale

L’automne est passé bien vite et voici l’hiver et toutes ses festivités qui pointe le bout de son nez!

Le 22 octobre les enfants se sont régalés avec le repas de Halloween : soupe de sorcière, escalope de chauve souris, cervelle de zombie….et les équipes encadrantes des services restauration et éducation se sont données à cœur joie pour y mettre une belle ambiance!

Fini les légumes d’été et la ratatouille, place aux courges (citrouille, courge butternut, courge musquée, courge spaghetti….), choux (rouge, blanc, frisé, choux de bruxelles…), poireaux, épinards et bien d’autres légumes réconfortants qui viennent en partie de nos producteurs locaux.
Dans son choix de travailler des produits frais, la restauration collective de Mallemort privilégie les légumes de saison. Les enfants et les seniors se régaleront de ces légumes dans différentes recettes que se soit en crudité, en soupe ou dans les plats principaux. Le chef et son équipe les déclinent en poêlée, gratin, purées.

La recette que les convives ont particulièrement aimé le mois dernier : L’écrasé de légumes

Ingrédients

250g de pommes de terre
250g de carottes ou patate douce
1 oignon
1 gousse d’ail
Huile d’olive

- Éplucher, rincer les légumes, et les faire cuire à l’eau
- Faire chauffer 2 c-a-soupe d'huile d'olive dans une sauteuse , faire revenir l’oignon, puis l’ail.
- Ajouter les légumes et écraser a l'aide d'un presse-purée. Saler et poivrer.
- Ajouter du lait petit a petit (environ 30 ml).
- Arroser enfin d'huile d'olive 25 ml environ au goût de chacun