



**Du 30 MAI au 24 JUIN 2022**

|                                     | LUNDI   | MARDI  | MERCREDI | JEUDI   | VENDREDI  |
|-------------------------------------|---|--|----------|---|---|
| <b>Semaine du 30 mai au 03 juin</b> | Salade de tomate<br>Blanquette de veau<br>semoule<br>Fromage<br>Compote           | Lentilles échalottes<br>Lasagnes aux légumes<br>Et fromage<br>Crème dessert<br>Fruit |          | salade verte<br>Omelette individuelle<br>écrasée de p terre<br>Fromage râpé<br>Fruit        | Carottes râpées<br>Filet de lieu sce mayonnaise<br>p terre haricots verts<br>Clafoutis aux fruits                   |
| <b>Semaine du 06 au 10 juin</b>     | Lundi de pentecote  | salade betterave<br>Hachis parmentier gratiné<br>Yaourt nature<br>Fruit              |          | Salade de taboulé<br>Aux pois chiches<br>tarte aux légumes<br><br>illes flottantes revisité | Salade verte<br>Gratin de poisson<br>riz au beurre<br>crème dessert<br>fruit  |
| <b>Semaine du 13 au 17 Juin</b>     | Salade p terre<br>Chipolatas<br>Courgettes sautées<br>Fromage à la coupe<br>Fruit | humous<br>ravioli fromage sce tomate<br>Fromage<br>Gâteau au yaourt avec des amandes |          | pizza fromage<br>Poisson<br>Légumes rôtis<br>Fruit  | Emincé de laitue au dés de fromage<br>sauté de volaille carottes<br>semoule au beurre<br>compote                    |
| <b>Semaine du 20 au 24 juin</b>     | carotte râpées<br>Rôti de porc<br>flageolets<br>Fromage<br>Fruit                  | haricots verts<br>Quenelle de poisson<br>Riz<br>Fromage<br>fruit                     |          | melon<br>Tarte au fromage<br>Pates au pistou<br>Parmesan<br>yaourt<br>compote               | Salade céréalienne<br>Cake aux légumes<br>Fromage blanc avec sa<br>Salade de Fruit de saison<br>Coulis de framboise |

**Pain Bio tous les jours** Viandes, poissons, œufs Céréales, féculents et légumineuses Fruits et Légumes Produits laitiers  
 Toutes les viandes servies sont exclusivement d'origines françaises

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



### Du 27 juin au 08 juillet 2022

|   | LUNDI   | MARDI  | MERCREDI | JEUDI  | VENDREDI  |
|---|---|--|----------|--|---|
| <b>Semaine du 27 juin au 01 juillet</b><br><i>Repas du vendredi le thème manger avec les doigts</i> | Avocat façon guacamole<br>toast<br>Pilon de poulet<br>pomme purée<br>Fromage<br>Fruit | Salade de riz au des de fromage<br>lentilles aux légumes<br>Crème dessert<br>Fruit   |          | Œufs dur salade verte<br>Ratatouille<br>Riz<br>Fromage<br>fruit              | Repas froid<br>Salade de pate<br>Pain bagnat<br>Fromage<br>Fruit<br>Glace avec son biscuit<br>L'apéro avec son jus de fruit |
| <b>Semaine du 04 au 08 juillet</b>  | Pois chiche<br>Lasagnes épinards chèvre<br>yaourt<br>fruit                            | salade de tomate<br>farfalle<br>bolognaise<br>Fromage râpé<br>Glace avec son biscuit |          | Salade verte<br>Quiche à la volaille<br>Haricots verts<br>Fromage<br>Compote | Vive les vacances   |
|   |   |  |          |  |   |
|   |   |  |          |  |   |

**Pain Bio tous les jours** Viandes, poissons, œufs Céréales, féculents et légumineuses Fruits et Légumes Produits laitiers  
 Toutes les viandes servies sont exclusivement d'origines françaises

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

## Envie de participer au projet alimentaire?



Les 10 et 12 mai nous étions à la sortie des écoles pour vous présenter le projet alimentaire de la commune et vous proposer d'y participer. Si vous aussi vous êtes intéressé par déjeuner au réfectoire et accompagner les enfants à découvrir leur menu, par participer à un atelier de sensibilisation auprès des enfants ou tout simplement de réfléchir avec nous sur l'amélioration du temps méridien? Contactez nous : Charlotte Trousseau – [projetalimentaire@malemort13.fr](mailto:projetalimentaire@malemort13.fr)



Quand il nous reste du pain au restaurant scolaire, nous essayons de le recycler pour limiter le gaspillage : chapelure, épaississant pour les sauce ou croustons. Nous étions à la sorties des écoles les 10 et 12 mai pour vous présenter les actions du PAT à Mallemort et vous faire déguster une délicieuse tapenade maison aux haricots rouge. Nous avons tartiné des croustons faits par la cuisine, coupés en petites tranches assaisonnés d'huile d'olive et d'herbes de Provence : un régal!

## La recette que les convives ont particulièrement aimé le mois dernier : la tarte aux aperges

### Ingrédients

- 1 pâte brisée
- 150 g de fromage blanc
- 20 cl de crème fraîche
- 50 g de gruyère rapé
- 1 petite botte d'asperges
- 3 œufs
- Sel et poivre

### Recette

- Etaler la pâte dans un moule à tarte, piquez le fond à la fourchette. Enfourner 10 min, th. 7 (210 °C), sans trop faire colorer la pâte.
- Eplucher et faire cuire les asperges à la vapeur douce
- Etaler les asperges froides bien égouttées, et coupées en tronçons sur la pâte.
- Rajouter l'appareil à quiche (œufs battus, fromage blanc, crème et gruyère)
- Saler et poivrer
- Enfourner environ 30 min

A déguster avec une salade ou des crudités

