










LES SAVEURS DU MOIS

Dans mon Restaurant Scolaire

MALLEMORT
DE PROVENCE

Du 07 novembre au 16 décembre 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine du 07 au 11 novembre Animation d'halloween le 07 novembre Tous costumé	 Salade de pattes d'araignée Escalope de dragon Au jus de la forêt  mascarade de patate douce Cerveille dans son jus rouge  fruit des sorcières	*Cake carotte/ salade verte Poisson meunière beurre citron légumes vapeur  conté affiné  Fruit		Salade verte aux dés de pommes  gnocchi au beurre salé légumes bolognaise végétale yaourt les 2 vaches  Fruit	11 novembre Restaurant fermé
Semaine du 14 au 18 novembre	 cœur de palmier sauté de porc aux olives*  lentilles au jus fromage  Fruit	 salade de pois chiche salade verte *Lasagne au fromage et épinards Banane		Céleris rémoulade * Gratin de poisson * Au parmesan Purée aux 2 Patates *Gâteau aux pommes	 *soupe de légumes Boulette de volaille Sce tomate  semoule au beurre  yaourt activa citron fruit
Semaine du 21 au 25 novembre	Bâtonnet d'endive sce mayonnaise *Blanquette de veau pomme vapeur Fromage  Fruit	 Carottes râpées Chili sin carne *  riz camarguais Petit suisse  Compote		 soupe de vermicelles  Quenelle nature sce aurore  Petits pois Camembert  Fruit	Salade verte aux croûtons  Raviolis fromage sce bolognaise fromage blanc  fruit
Semaine du 28 novembre au 02 décembre	 Salade verte et rondelle de radis Haut de cuisses de poulet rôti Gratin p terre brocolis  Fromage  Fruit	 Salade verte sce tapenade Hachis parmentier *  Yaourt les 2 vaches  Biscuit		 Betterave aux dés de fromage  Poisson provençal Riz pilaf Salade d'ananas	*velouté de lentilles corail Fromage râpé  Semoule couscous Légumes Crème dessert Fruit

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

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 05 au 16 DECEMBRE 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine du 05 AU 09 DECEMBRE	 rilette * de sardine salade verte *Quiche aux dés de volaille  chou fleur au beurre salé  compote	 *Couscous au poulet et merguez Semoule avec ses légumes Fromage fruit		Salade de riz * *Lentilles aux légumes bolognaise végétale Yaourt nature Fruit	 charcuterie Poisson au four riz pilaff Fromage fruit
Semaine du 11 AU 16 DECEMBRE <i>Repas de fin d'année le 15 décembre</i>	*Salade de pâtes aux dés de fromage  Croque au fromage* Brocolis Moelleux au citron *	 Carottes en batonnet mousseline de fromage hoki meunière beurre citronné  semoule tomate confite  fruit		Repas de fin d'année Voir affiche sur les restaurants	Salade betterave mais coquillettes sauce bolognaise avec son emmental râpé Yaourt clementine

Toutes les viandes servies sont exclusivement d'origines françaises

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

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

La semaine du goût!



SEMAINE DU GOÛT
du 10 au 14 octobre

Menu concocté par le service restauration pour la cantine scolaire et le foyer Les Écureuils

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Salade de carottes Steak haché grillé Frites Fromage Fruit	Tajine d'agneau aux abricots Grotin au deux pattes Faisselle au miel Meringues Pomme cuites	Saumon fumé citron coriandre Poisson vapeur sauce aioli Légumes vapeur Gâteau de semoule Parfun main de bouddha	Tomate huile et persil Rôti de veau aux giroles lentilles Fromage Fruit	Salade de concombre aux graines de sésame Lasagnes aux poissons légumes du soleil Fromage blanc Confiture de figues

Comme tous les ans en octobre, nous avons célébré la semaine du goût en proposant aux enfants de nouvelles saveurs et de nouveaux produits à découvrir! L'occasion aussi d'inviter M. Xavier Leleu, chef de cuisine du Pullman de Marseille, pour faire découvrir aux enfants la sculpture sur fruits et légumes



Dans le cadre du partenariat entre la Métropole Aix Marseille Provence - qui copilote un Projet Alimentaire Territorial avec le PETR du Pays d'Arles - et la Station Expérimentale de la Pugère, une animation gratuite pour les enfants a eu lieu à l'école Joliot. Créée en 1982, la Station d'Expérimentation La Pugère est un **outil au service des filières Poire, Pomme et Prune** basé à Mallemort.

Les enfants ont pu se régaler en dégustant différentes variétés de pommes, du jus de pomme et faire des jeux ludiques autour du cycle végétal.

La recette que les convives ont particulièrement aimé le mois dernier : la tartinade

Une des entrées que les enfants préfèrent : la trempette de crudités dans une petite sauce fraîche.

En prenant une base de fromage frais nature, il y a plein de possibilités en fonction des envies et de la saison :

Envie de poisson? Prenez des sardines, un peu de citron et de la ciboulette, mélangez le tout et régalez-vous!

Envie de couleur? Une betterave, une gousse d'ail, un peu de cumin, de l'huile d'olive, mixez le tout, salez, poivrez et trempez!

Envie de simplicité? Quelques herbes fraîches, une échalotte mixée, un filet de citron, du sel et du poivre, et le tour est joué!

