

CRECHES

Menus du lundi 23 avril au vendredi 4 mai 2012

Bon
appétit !



Semaine 17 (5é.5j)

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

LUNDI 23 avril 2012	MARDI 24 avril 2012	MERCREDI 25 avril 2012	JEUDI 26 avril 2012	VENDREDI 27 avril 2012
Salade ruzinoise	Tomates	Concombres	Duo de râpés	Betteraves
Filet de dinde sauce chasseur	Poisson meunière	Saucisse de Toulouse	Hachis parmentier	Sauté de porc
Carottes rissolées	Haricots verts / Pomme vapeur	Lentilles	*****	Riz
Président calcium	Yaourt arôme	Edam	Suisse	Tome brebis
Compote	Fruit	Maestro vanille	Fruit	Gâteau basque

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés

Matières grasses cachées



Semaine 18 (5é.5j)

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

LUNDI 30 avril 2012	MARDI 1 mai 2012	MERCREDI 2 mai 2012	JEUDI 3 mai 2012	VENDREDI 4 mai 2012
Radis		Carottes râpées	Tomates	Taboulé
Bourguignon	Un petit brin porte-bonheur	Rôti de porc au jus	Dos de colin sauce nantua	Cuisse de poulet rôtie
Pommes vapeur		Poêlée de légumes	Coquillettes	Petits pois
Crème chocolat		Petit moulé	Edam	Flan nappé caramel
Galette St Michel		Riz au lait	Fruit	Cocktail de fruits

Le muguet est une petite fleur blanche de printemps. Selon la tradition, le 1er mai, on offre un brin de muguet aux gens que l'on aime.

Histoire: Le muguet est cultivé de façon intensive dans la région nantaise pour répondre à la demande d'une nombreuse clientèle qui l'achète le 1er mai. Cette tradition du muguet du 1er mai remonte à la Renaissance, Charles IX en ayant offert autour de lui en 1561 comme porte-bonheur. Le 1er Mai est également le jour de la "Fête du travail". C'est pendant la seconde guerre mondiale, en 1941, sous le gouvernement de Vichy, que cette date fut officialisée. En 1947, à la Libération, le 1er Mai devient un jour férié et payé.

Symbolique: Le muguet fleurit quand vient le printemps, c'est donc une plante idéale pour célébrer les beaux jours qui reviennent et pour attirer les bonnes grâces pour de futures bonnes récoltes. Le muguet est une fleur "porte-bonheur". La tradition dit qu'elle apporte bonheur et santé jusqu'à l'année d'après. Pour certains, seuls les brins de muguet ayant spontanément et naturellement treize fleurs portent bonheur.

Les noces de muguet symbolisent les 13 ans de mariage.

D'après le langage des fleurs, le muguet signifie "retour du bonheur".

Depuis 1982, le muguet est la fleur nationale de la Finlande.

Nos salades et plats composés (*)

Salade ruzinoise: pomme de terre, surimi, oeuf, mayonnaise, vinaigrette
Duo de râpés: céleri, carottes,

Pour votre information

Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.

Occitanie Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002.



CRECHES

Menus du lundi 7 mai au vendredi 18 mai 2012

Bon appétit !



Semaine 19 (5é.5j)

Entrée

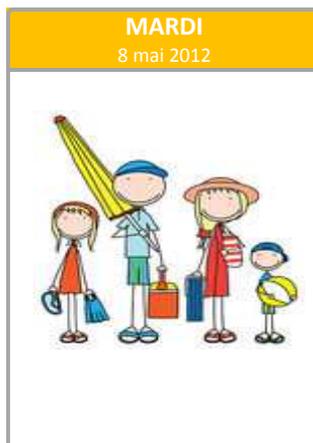
Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

LUNDI 7 mai 2012
Betteraves
Chipolatas
Lentilles
Emmental
Mousse au chocolat



MERCREDI 9 mai 2012
Macédoine de légumes
Raviolis

Président calcium
Crème dessert vanille

JEUDI 10 mai 2012
Concombres
Paleron braisé
Semoule
Camembert
Ananas sirop

VENDREDI 11 mai 2012
Salade capri
Poisson pané ludique
Julienne de légumes
Yaourt
Fruit

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés

Matières grasses cachées



Comme les courges et le melon, le **concombre** fait partie de la famille des cucurbitacées.
Histoire: Né selon toutes probabilités dans le **nord de l'Inde**, le concombre s'est très tôt propagé vers la Chine et vers le Moyen-Orient. Il fut cultivé sur les bords du Nil par les Egyptiens, qui en consommaient beaucoup, et le faisaient figurer parmi les offrandes aux dieux. Les Hébreux l'importèrent en Terre promise, où il devint l'un de leurs mets préférés. Grecs et Romains l'appréciaient également. On trouve mention officielle de sa présence en France dès le IXe siècle, lorsque **Charlemagne** en ordonna la culture dans ses domaines. Au XVIIIe siècle, **le jardinier en chef de Versailles, en fera pousser sous serre, en "primeur"**.

Il élimina son amertume pour le redécouvrir Après avoir été cultivé à grande échelle en plein champ, il est de nos jours de plus en plus souvent produit sous serre.
Bienfaits: Le concombre est l'un des légumes les moins caloriques avec 10 kcal/100 g, et pour cause, il est composé à plus de 96 % d'eau. Cette **richesse en eau** fait de lui le compagnon idéal, car il est très désaltérant et participe à la bonne hydratation de l'organisme. Il renferme également **des minéraux et des oligo-éléments** en quantité abondante. Toutes les vitamines sont présentes, en particulier un bel éventail de **vitamines B**. Sa peau contient de la provitamine A et de la vitamine E qui aide à retarder le vieillissement des cellules.

Semaine 20 (5é.5j)

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

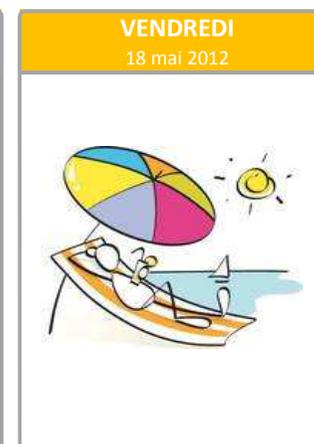
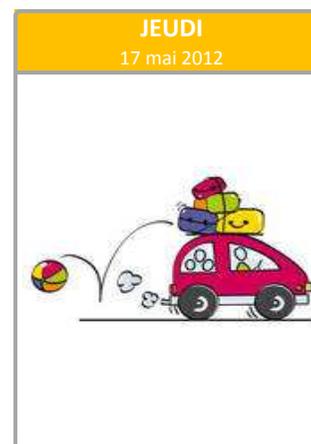
Produit laitier

Dessert

LUNDI 14 mai 2012
Carottes râpées
Boulette de bœuf
Tortis
Gouda
Compote aux deux fruits

MARDI 15 mai 2012
Salade aux dés de fromage
Poisson meunière
Riz et ratatouille
Yaourt arôme
Fruit

MERCREDI 16 mai 2012
Tomates
Filet de poulet
Purée
Fromage blanc
Galette St Sauveur



Nos salades et plats composés *

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

Pour votre information

Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.

Occitanie Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002.



CRECHES

Menus du lundi 21 mai au vendredi 1er juin 2012



Semaine 21 (5é.5j)

	Entrée
	Plat principal
	Légume Féculent
	Produit laitier
	Dessert

LUNDI 21 mai 2012
Coquillettes monégasques
Jambon grill
Haricots verts
Camembert
Maestro chocolat

MARDI 22 mai 2012
Crêpe au fromage
Mignonnettes de bœuf à la tomate
Poêlée de légumes
Flan nappé caramel
Fruit

MERCREDI 23 mai 2012
salade de pommes de terre au surimi
Omelette
Carottes vapeur
Petit suisse sucré
Fruit

JEUDI 24 mai 2012
Salade de Varsovie
Emincé de volaille
Pâtes polonaises
Ser (Fromage)
Paczek (Beignet)



VENDREDI 25 mai 2012
Salade sicilienne
Colin sauce hollandaise
Riz
Yaourt
Fruit

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons œufs
- Céréales, légumes secs



Le **Championnat d'Europe UEFA de football 2012** est la quatorzième édition du Championnat d'Europe de football, compétition rassemblant les meilleures équipes nationales masculines européennes. Il se déroulera **en Pologne et en Ukraine du 8 juin au 1er juillet 2012**. Le match d'ouverture se jouera dans le nouveau Stadion Narodowy de Varsovie et la finale au Stade Olympique de la capitale ukrainienne, Kiev. Ce sera le dernier championnat d'Europe comportant 16 équipes. En effet, celui de 2016 se jouera avec 24 équipes. C'est la troisième fois qu'un championnat d'Europe de football est organisé par deux pays. Mais ce choix pose un problème majeur, la distance importante entre les stades.

En effet, 1900 kilomètres séparent Gdańsk en Pologne de Donetsk en Ukraine, et pas moins de 22 heures de route sont nécessaires pour se rendre de l'une à l'autre ville. Pour la **France**, les rencontres auront lieu face à l'**Angleterre** (11 juin), l'**Ukraine** (15 juin) et la **Suède** (19 juin). En décrochant leur billet pour la phase finale du Championnat d'Europe 2012 en Pologne et en Ukraine, les Tricolores ont réussi la prouesse de parvenir à se qualifier pour le 6ème Euro consécutif depuis 1992. Durant ces tournois, ils ont remporté le titre en 2000, disputé une demi-finale en 1996, un quart de finale en 2004 et ont été éliminés deux fois au premier tour en 1992 et 2008.

Semaine 22 (5é.5j)

	Entrée
	Plat principal
	Légume Féculent
	Produit laitier
	Dessert

LUNDI 28 mai 2012


MARDI 29 mai 2012
Betteraves
Rôti de dinde
Pommes vapeur
Président calcium
Fruit

MERCREDI 30 mai 2012
Riz en salade
Poisson meunière
Julienne de légumes
Yaourt
Ananas sirop

JEUDI 31 mai 2012
Melon
Lasagnes

Buchette de chèvre
Cocktail de fruits

VENDREDI 1 juin 2012
Tomate
Boulette d'agneau
Semoule et Ratatouille
Fromage blanc
Eclair

- Produits laitiers
- Produits sucrés
- Matières grasses cachées

Nos salades et plats composés*

Coquillettes monégasques : Coquillettes, thon, tomates, mayonnaise
 Salade de Varsovie : macédoine, pomme
 Salade sicilienne : tomates, mozzarella, olives

Nos sauces (Plats sans sauce)**

Pâtes polonaises : coquillettes, oignons, crème fraîche

Pour votre information

Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.

Occitanie Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002.



CRECHES

Menus du lundi 4 juin au vendredi 15 juin 2012

Bon appétit !



Semaine de la fraîç'attitude

Semaine 23 (5é.5j)

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

LUNDI 4 juin 2012	MARDI 5 juin 2012	MERCREDI 6 juin 2012	JEUDI 7 juin 2012	VENDREDI 8 juin 2012
Salade des tropiques	Melon	Salade de lardons aux croûtons	Salade tricolore	Salade des Amériques
Filet de poulet à la catalane	Paupiette de veau	Pommes de terre farcies	Sauté de porc bleu blanc cœur	Hoki poêlé doré au beurre
Riz aux petits légumes	Petits pois à la française	Fondue de poireaux crème	Haricots verts	Purée de courgettes
Camembert	Petit suisse aux fruits	Gouda	Yaourt	Carré d'As
Compote	Tarte pommes rhubarbe	Flan nappé caramel	Fruit	Fruit

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés

Matières grasses cachées



La **semaine fraîç'attitude** est une semaine entièrement dédiée aux fruits et légumes frais et a pour vocation de faire découvrir ou redécouvrir ces produits auprès d'un large public. La semaine fraîç'attitude est devenue le RDV incontournable des fruits et légumes frais : La semaine fraîç'attitude s'inscrit dans une démarche de prévention santé en rappelant les bienfaits des fruits et légumes frais. Source de micronutriments variés, ils permettent de préserver le capital santé tout en apportant un bien-être au quotidien. **Adopter la fraîç'attitude**, cela revient à consommer des fruits et légumes tous les jours et à chacun de nos repas.

L'ASSOCIATION Bleu-Blanc-Cœur

Bleu-Blanc-Cœur est une association, symbolisée par un logo contenant une petite fleur bleue qui, en prenant place sur certains produits, vous apporte des garanties. Bleu-Blanc-Cœur rassemble toute une filière qui s'engage pour offrir une alimentation plus saine, plus savoureuse et plus équilibrée. La démarche de Bleu-Blanc-Cœur s'établit sur 3 points essentiels : militer pour une agriculture respectueuse de l'environnement, responsable et traditionnelle afin de proposer à tous une meilleure nutrition.

Semaine 24 (5é.5j)

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

LUNDI 11 juin 2012	MARDI 12 juin 2012	MERCREDI 13 juin 2012	JEUDI 14 juin 2012	VENDREDI 15 juin 2012
Betteraves	Tomate	Demi pamplemousse	Melon	Piémontaise au thon
Paëlla	Rôti de porc au jus	Raviolis	Colin d'Alaska à l'aneth	Bœuf bourguignon
****	Flageolets	*****	Semoule et ratatouille	Carottes vapeur
Petit moulé	Yaourt sucré	Saint Paulin	Vache qui rit	Edam
Flan vanille	Chou à la crème	Compote	Fruit	Fruit

Nos salades et plats composés*

- Salade des tropiques : carottes, ananas, surimi, mayonnaise
- Salade tricolore : pâtes tricolores, vinaigrette, tomates, féta
- Salade des Amériques : tomates, maïs, salade, vinaigrette

Piémontaise au thon : pommes de terre, tomates, oeufs, thon, mayonnaise, vinaigrette

Pour votre information

Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.

Occitanie Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002.



CRECHES

Menus du lundi 18 juin au vendredi 29 juin 2012



Semaine 25 (5é-5j)

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

LUNDI 18 juin 2012	MARDI 19 juin 2012	MERCREDI 20 juin 2012	JEUDI 21 juin 2012	VENDREDI 22 juin 2012
Taboulé	Melon	Crêpe au fromage	Carottes râpées	Tomates
Paupiette	Saucisse	Galopin de veau	Poulet rôti	Colin sauce dieppoise
Courgettes à la provençale	Lentilles	Haricots verts	Poêlée de légumes	Pommes vapeur
Chanteneige	Suisse sucré	Maestro vanille	Yaourt	Emmental
Compote	Fruit	Fruit	Pain d'épice	Fruit



Grâce à une gamme très qualitative et des terroirs particulièrement favorables à l'espèce, les **abricots** français sont peut-être les meilleurs au monde. Principalement cultivés dans le sud-est de l'hexagone, l'abricot est présent de la fin du mois de mai à la fin du mois d'août.

Histoire : La Chine connaît l'abricot depuis au moins 4 000 ans sous sa forme sauvage. Après avoir traversé l'Inde, il a emprunté la Route de la Soie pour finalement parvenir aux Grecs et aux Romains. Au XVème siècle, il arrive en France, mais, soupçonné de donner la fièvre, il est laissé de côté. C'est grâce au jardinier de Louis XIV qui a planté des abricotiers à Versailles, qu'il est finalement apprécié.

C'est au XVIIIème que la culture de l'abricot commence véritablement à se développer.

Astuce cuisson : Lors de la cuisson d'une tarte, pour éviter que le jus des fruits ne détrempe la pâte, saupoudrez le fond d'un peu d'amande en poudre ou des biscuits émiettés (pour absorber le surplus de jus). Placez les oreillons côté peau sur la pâte.

Astuce saveur : Pour parfumer une compote, une confiture ou un coulis, casser quelques noyaux d'abricot pour en prélever les amandes. Attention cependant à ne pas trop en mettre car ils peuvent apporter un brin d'amertume. Compter 1 amande pour 10 abricots.

Semaine 26 (5é-5j)

Entrée

Plat principal

Légume Féculent

Produit laitier

Dessert

LUNDI 25 juin 2012	MARDI 26 juin 2012	MERCREDI 27 juin 2012	JEUDI 28 juin 2012	VENDREDI 29 juin 2012
Céleri rémoulade	Salade du chef : salade, épaule et gruyère.	Concombres	Melon	Macédoine au surimi
Tomate farcie	Poisson pané	Boulette de bœuf	Emincé de porc	Marengo de volaille
Riz	Julienne de légumes / Semoule	Pâtes	Gratin de choux fleurs	Purée
Vache qui rit	Rondelé	Suisse	Gouda	Yaourt
Abricots frais	Eclair	Compote	Semoule au lait	Fruit

Nos salades et plats composés*

Salade du chef : Salade verte, épaule, gruyère
Macédoine au surimi : macédoine, mayonnaise, surimi

Nos sauces (Plats sans sauce)**

Pour votre information

Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.

Occitanie Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002.



CRECHES

Menus du lundi 2 juillet au jeudi 5 juillet 2012

Bon
appétit !



Semaine 27 (5é-5j)

	Entrée
	Plat principal
	Légume Féculent
	Produit laitier
	Dessert

LUNDI 2 juillet 2012	MARDI 3 juillet 2012	MERCREDI 4 juillet 2012	JEUDI 5 juillet 2012	VENDREDI 6 juillet 2012
Taboulé	Carottes râpées	Friand	Tomates	VACANCES
Rôti de dinde au jus	Spaghetti bolognaise	Dos de colin sauce rouille	Jambon blanc <small>MENU FROID</small>	
Haricots beurre	*****	Riz / Ratatouille	Salade de pâtes <small>MENU FROID</small>	
Camembert	Fromage blanc	Flan nappé caramel	Président calcium	
Maestro chocolat	Ananas au sirop	Fruit	Gaillardise	

Fruits et légumes

Viandes, poissons œufs

Céréales, légumes secs

Produits laitiers

Produits sucrés

Matières grasses cachées



OCCITANIE RESTAURATION
VOUS SOUHAITE
DE BONNES VACANCES !



Pour votre information

Pour des raisons d'approvisionnement, Occitanie Restauration se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.

Occitanie Restauration vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002.

