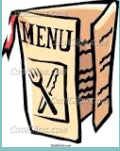


# MENUS DU RESTAURANT SCOLAIRE



## de Notre Dame de Riez

### MARS 2020

RESTAURANT SCOLAIRE

☎ 02 28 10 23 93

(lundi, mardi, jeudi, vendredi)

ACCUEIL DE LOISIRS

☎ 02 28 10 70 23

(mercredi)

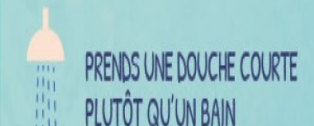
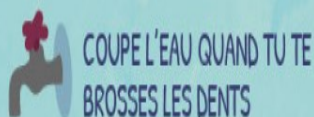
En cas d'absence de l'enfant (maladie, ...), prévenir dès le premier jour, avant 10 heures, la cantine ou l'accueil de loisirs. Le repas de ce premier jour d'absence sera facturé, puisqu'il a été commandé la veille, mais ceux des jours suivants ne le seront pas.

LUNDI 02/03	MARDI 03/03	MERCREDI 04/03 à l'accueil de loisirs	JEUDI 05/03	VENDREDI 06/03
Macédoine de légumes  Cordon bleu  Pâtes Fruit de saison Crème dessert chocolat	Salade de pommes de terre au thon  Rôti de porc à l'ancienne Brocolis Yaourt aromatisé Fruit de saison	 Céleri rémoulade Filet de poulet sauce barbecue Pommes sautées Tomme noire Compote aux deux fruits	Salade Carnaval (pâtes, dés de tomates, carottes, concombres, maïs) Galette lentilles sarrasin Purée Fromage blanc Fruit de saison	Salade aux dés de fromage Filet de colin sauce curry Semoule Saint Paulin Fruit de saison 
LUNDI 09/03	MARDI 10/03	MERCREDI 11/03 à l'accueil de loisirs	JEUDI 12/03	VENDREDI 13/03
 Betteraves vinaigrette Jambon grill sauce forestière Pommes boulangères Camembert Crème caramel	Carottes râpées nature Sauté de poulet à la thai Poêlée de légumes campagnarde Gouda Fruit de saison	Salade Napoli (pâtes trois couleurs, tomate, maïs, vinaigrette) Filet de colin sauce dieppoise Petits pois extra fins  Petits suisses aux fruits  Cocktail de fruits exotiques	Salade aux lardons et croûtons Coquillettes bolognaise  Fromage à tartiner Fruit de saison	Œuf dur mayonnaise Nuggets de blé Haricots verts Yaourt à la pulpe de fruits Fruit de saison
LUNDI 16/03	MARDI 17/03	MERCREDI 18/03 à l'accueil de loisirs	JEUDI 19/03	VENDREDI 20/03
Céleri sauce fromage blanc Emincé de volaille à l'estragon Petits pois  Yaourt sucré Compote de pommes	Crêpe au fromage Goulasch de bœuf Gratin de salsifis Fromage à tartiner Fruit de saison	Salade coleslaw (chou blanc, carottes, oignons, mayonnaise) Saucisse fumée sauce tomate Blé Mimolette Abricots au sirop	Radis  Boulettes de soja à l'indienne Pommes vapeur Petit moulé Mousse au chocolat	Haricots verts à l'emmental Paëlla de la mer Tomme blanche Fruit de saison
LUNDI 23/03	MARDI 24/03	MERCREDI 25/03 à l'accueil de loisirs	JEUDI 26/03	VENDREDI 27/03
Taboulé Mignonettes de bœuf à la tomate Poêlée de légumes Camembert Fruit de saison	Carottes râpées vinaigrette Gnocchis au fromage  Yaourt aromatisé Compote pomme framboise	Betteraves ciboulette Rôti de porc à la dijonnaise Pommes cocottes Entremets praliné Fruit de saison	Pâté Sauté de dinde au romarin Flageolets Petit suisse Fruit de saison 	Salade verte, maïs, mimolette Filet de poisson meunière et citron Gratin de chou-fleur Fromage à tartiner Eclair au chocolat

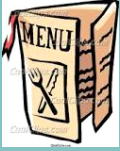
Aujourd'hui en France, chaque habitant utilise en moyenne 148 litres d'eau par jour.

 → 148L/J  
C'EST BEAUCOUP TROP!

Voici quelques gestes simples pour limiter ta consommation en eau :



# MENUS DU RESTAURANT SCOLAIRE



de Notre Dame de Riez

MARS - AVRIL 2020

RESTAURANT SCOLAIRE

☎ 02 28 10 23 93

(lundi, mardi, jeudi, vendredi)

ACCUEIL DE LOISIRS

☎ 02 28 10 70 23

(mercredi)

En cas d'absence de l'enfant (maladie, ...), prévenir **dès le premier jour, avant 10 heures**, la cantine ou l'accueil de loisirs. Le repas de ce premier jour d'absence sera facturé, puisqu'il a été commandé la veille, mais ceux des jours suivants ne le seront pas.

LUNDI 30/03	MARDI 31/03	MERCREDI 01/04 à l'accueil de loisirs	JEUDI 02/04	VENDREDI 03/04
Salade de boulgour fraîcheur <i>(boulgour, échalote, dés de volaille, poivrons, pomme)</i> Steak haché de bœuf sauce barbecue Purée Crème dessert vanille Fruit de saison	Duo de crudités <i>(carotte et céleri vinaigrette)</i> Filet de poulet sauce camembert Pâtes Fromage des Pyrénées Crumble	Demi-pamplemousse  Couscous Vache picon Pêche au sirop	Salade piémontaise <i>(pommes de terre, œufs, tomates, cornichons)</i> Omelette fraîche au fromage Haricots beurre Yaourt sucré Fruit de saison	Macédoine de légumes  Poissonnette Pommes vapeur Fromage à tartiner Fruit de saison
LUNDI 06/04	MARDI 07/04	MERCREDI 08/04 à l'accueil de loisirs	JEUDI 09/04	VENDREDI 10/04
 Betteraves ciboulette Chili végétarien Riz Fruit de saison Crème vanille	Carottes râpées au citron Rôti de dinde aux oignons Pâtes papillons Fromage blanc aux fruits Fruit de saison	Cœurs de palmiers et maïs Sauté de veau sauce forestière Haricots verts Bûchette de chèvre Crème dessert chocolat	<b>Menu Alsacien</b> <b>Flammekueche</b> <b>Choucroute</b> <b>Yaourt aromatisé</b> <b>Compote pomme mirabelle</b> 	Concombres à la crème Filet de poisson sauce tomate Ratatouille Fromage à tartiner Tarte au chocolat

## Vacances de Printemps

du vendredi 10 avril après la classe au lundi 27 avril au matin.



🕒 25 min  
Cuisson : 20 min

### Gratin d'épinards : c'est plus fort que toi !

#### INGRÉDIENTS :

- 2 kg d'épinards
- 50 g de beurre
- 3 cuillères à soupe de farine
- 45 cl de lait
- 210 g de fromage râpé
- 3 œufs
- Sel et poivre

#### À FAIRE AVEC UN ADULTE

1. Ébouillantez les épinards 5 min puis pressez-les pour bien les égoutter.
2. Faites-les revenir dans une poêle avec 20 g de beurre.
3. Dans une casserole, mélangez la farine dans 30 g de beurre fondu puis versez le lait. Laissez épaissir sur feu doux sans cesser de remuer. Ajoutez 75 g de fromage râpé.
4. Incorporez les épinards, les deux jaunes d'œufs puis les blancs battus en neige.
5. Disposez dans un plat à gratin beurré, recouvrez de fromage râpé.
6. Enfouez 20 minutes à 200 °C.

TROP BON ! BON APPÉTIT !

