

Scolaire de Bessan
DU 30 AVRIL AU 06 MAI 2018

	LUNDI 30	MARDI 1 ^{er} Mai	MERCREDI 02	JEUDI 03	VENDREDI 04
D E J E U N E R	Crêpe jambon fromage	FERIE	Sardines à l'huile	 Salade verte aux croûtons	Salade de pois chiches
	 Roti de porc au jus de thym  Purée de pommes de terre		 Lasagnes bolognaises	Risotto au poulet et parmesan	 Filet de poisson au curry Brocolis fleurette
	Samos		Saint-Nectaire	Chanteneige	Edam
	Riz au lait		Mousse au chocolat	Liégeois	Salade de fraises
			Lait fraises Plumetis		

Certains produits rentrants dans la composition de nos menus peuvent contenir des allergènes



*Le plateau de fromages contiendra régulièrement du fromage AOP





La recette du Chef

La fête du travail

La Fête du Travail est le nom de plusieurs fêtes qui furent instituées à partir du XVIIIe siècle pour célébrer les réalisations des travailleurs.

Elle est célébrée le **1er mai** dans de nombreux pays du monde et est l'occasion d'importantes manifestations du mouvement ouvrier. Cette journée est souvent un jour férié.

Au début du XXe siècle, il devient habituel, à l'occasion du 1er mai, d'offrir un brin de **muguet**.

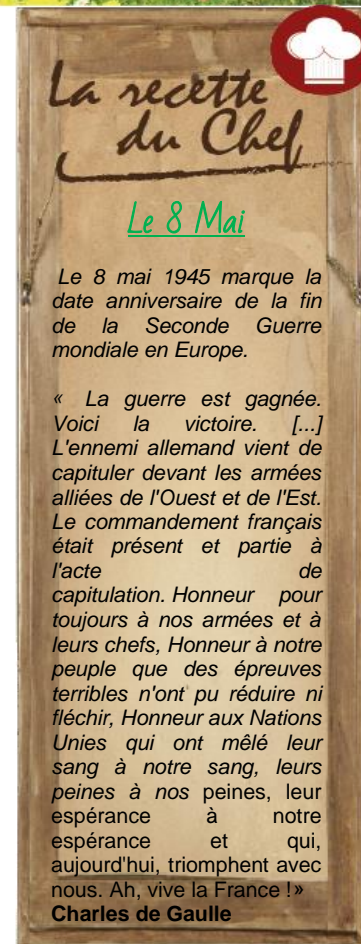
Toutes les vinaigrettes sont réalisées « Maison » et sont variées afin d'obtenir un apport optimal en Oméga 3 et 6.



LANGUEDOC
RESTAURATION

Scolaire de Bessan
DU 07 AU 13 MAI 2018

	LUNDI 07	MARDI 8 Mai	MERCREDI 09	JEUDI Ascension	VENDREDI 11
D E J E U N E R	 Betteraves vinaigrette	FERIE	Coleslaw	FERIE	 Salade de tomates
	 Petits farcis niçois (courgette, tomate) Riz Blanc		Pizza Royale Haricots verts persillés		Nuggets de sauce ketchup Pâtes au beurre
	Gouda		Samos		Tomme noire
	 Fruit frais de saison		Ile flottante		Eclair au chocolat
			Pom'Potes Petit Lu		



Certains produits rentrants dans la composition de nos menus peuvent contenir des allergènes



*Le plateau de fromages contiendra régulièrement du fromage AOP

Toutes les vinaigrettes sont réalisées « Maison » et sont variées afin d'obtenir un apport optimal en Oméga 3 et 6.

Scolaire de Bessan


DU 14 AU 20 MAI 2018

	LUNDI 14	MARDI 15	MERCREDI 16	JEUDI 17	VENDREDI 18
D E J E U N E R	 Carottes râpées	Nem à la menthe	Céleri rémoulade	 Salade verte aux olives	Salade d'artichauts
	 Rougail saucisse Riz Blanc	 Filet de poisson frais sauce vierge  Courgettes sautées	 Escalope de dinde au curry  Pâtes au beurre	Cordon bleu Carottes persillées	Poisson meunière Poêlée méridionale
	Tartare	Gouda	Chèvre Crotin	Brie	Emmental
	Poire	Petit Filou	 Fruit de saison	Gaufre au sucre	Cône vanille
			Pom' pote Roulé framboise		

Certains produits rentrants dans la composition de nos menus peuvent contenir des allergènes



*Le plateau de fromages contiendra régulièrement du fromage AOP



La recette du Chef

Les cerises

La cerise est le premier fruit à noyau de l'année !

Dès l'arrivée des beaux jours, elle est récoltée, triée et emballée à la main avant d'atterrir sur les étals. Selon les variétés, sa peau est rouge (plus ou moins foncé), noire ou jaune orangée. Sa chair est sucrée ou acidulée. Elles peuvent se consommer en desserts (tarte, clafoutis) mais également en garniture ou en sauce avec le canard, les gibiers, le porc et le veau. Vous pouvez aussi les intégrer à des salades.

Les cerises sont un peu plus sucrées et caloriques que les autres fruits rouges. Toutefois, elles contiennent de nombreuses vitamines (B et C) ainsi que des minéraux

Toutes les vinaigrettes sont réalisées « Maison » et sont variées afin d'obtenir un apport optimal en Oméga 3 et 6.



Scolaire de Bessan

DU 21 AU 27 MAI 2018




	LUNDI 21 Pentecôte	MARDI 22	MERCREDI 23	JEUDI 24	VENREDI 25
DEJEUNER	FERIE	 Betteraves vinaigrette	Coleslaw	Friand au fromage	Salade de tomates
		Poisson pané et ses légumes de saison	 Escalope de porc sauce tomate Haricots coco	Boulettes d'agneau au jus  Haricots verts	  Moules marinières Frites
		Samos	Saint-Nectaire	Chanteneige	Edam
		 Fruit frais de saison	Liégeois caramel	Banane	Flan vanille
			Lait chocolat Sablé		

Certains produits rentrants dans la composition de nos menus peuvent contenir des allergènes



*Le plateau de fromages contiendra régulièrement du fromage AOP





La recette du Chef

La fête des mères

La fête des Mères est une fête annuelle célébrée en l'honneur des mères dans de nombreux pays.

La date est variable, chaque année elle a lieu le dernier dimanche de mai, sauf si celui-ci coïncide avec la Pentecôte. Dans ce cas, la Fête des Mères est décalée au premier dimanche de juin.

À cette occasion, les enfants offrent des cadeaux à leur mère, des gâteaux, des fleurs ou des objets qu'ils ont confectionnés à l'école ou à la maison. Cette fête est également célébrée par les adultes de tous âges pour honorer leur mère.






Toutes les vinaigrettes sont réalisées « Maison » et sont variées afin d'obtenir un apport optimal en Oméga 3 et 6.



LANGUEDOC
RESTAURATION

Scolaire de Bessan


DU 28 MAI AU 03 JUIN 2018

	LUNDI 28	MARDI 29	MERCREDI 30	JEUDI 31	VENDREDI 01
D E J E U N E R	Œufs mayonnaise	 Carottes râpées	Guacamole et son toast	Concombres vinaigrette	Salade de blé
	Croque-Monsieur Choux fleurs poêlés	Brandade de morue Salade verte	 Couscous	 Poulet rôti au jus Pommes vapeur	 Filet de poisson meunière et son citron  Aubergines à la parmigiana
	Samos	Fromage affiné	Saint-Nectaire	Chanteneige	Edam
	Ananas frais	 Fruit frais de saison	Glace	Crème caramel	 Salade de fruits
			Compote Roulé abricot		

Certains produits rentrants dans la composition de nos menus peuvent contenir des allergènes



*Le plateau de fromages contiendra régulièrement du fromage AOP



La recette du Chef

Le melon

- Le melon arrive et parfume nos paniers à partir du mois de Juin. Jaune ou vert, bien rond ou légèrement ovale, à chair orangée ou verte, il n'y a pas un mais des melons ! Il fait partie des fruits et légumes d'été préférés des Français.
- Sa chair savoureuse et parfumée se déguste aussi bien nature que cuisinée. Il égaye très simplement une fin de repas ou se mêle à une entrée fraîche et légère.
- Regorgeant de vitamines et de minéraux, le melon présente de nombreux atouts. Très riche en eau et peu calorique, il vient à point pour nous désaltérer lors des mois les plus chauds de l'année.

Toutes les vinaigrettes sont réalisées « Maison » et sont variées afin d'obtenir un apport optimal en Oméga 3 et 6.

