

Restauration scolaire

liaison chaude

MENUS



© la Pousin

Ville de Dunkerque

Restauration scolaire
Liaison chaude

Mars. 2018

Semaine 11

Lundi 12 mars

Potage tomate
Waterzooï de volaille
Riz
Yaourt nature sucré bio
Cocktail de fruits

Mardi 13 mars

Pâté de campagne
& cornichons
Entrée sans porc : roulade de
volaille
Dos de colin
sauce bonne femme :
échalotes, champignons
Julienne de légumes
& coquillettes
Fruit de saison

Jeudi 15 mars

Céleri rémoulade :
céleri, cornichons, câpres,
mayonnaise
Roulé de poireaux
sauce Mornay
Plat sans porc :
jambon de dinde
Pommes de terre vapeur
Fromage à tartiner
Crème dessert chocolat

Vendredi 16 mars

Carbonade Flamande
Frites & salade verte
Maroilles
Cake

Semaine 12

Lundi 19 mars

Filet de poisson pané
Sauce tartare
Brocolis
& pommes persillées
Tome grise
Fruit de saison

Mardi 20 mars

MENU BIO
Bœuf Stroganoff
Paprika, sauce crème
Printanière de légumes
Gouda
Fruit de saison

Jeudi 22 mars

Tomates mozzarella
Rôti de porc
sauce estragon
Plat sans porc :
blanc de dinde
Haricots verts
& pommes fondantes
Fromage blanc Bio
& vergeoise blonde

Vendredi 23 mars

Potage Dubarry :
chou -fleur
Omelette Sevillane
Poêlée de légumes
& semoule
Emmental
Fruit de saison

Semaine 13

Lundi 26 mars

Carottes râpées
Chipolatas
sauce forestière :
champignons
Plat sans porc :
saucisse de volaille
Purée de pommes de terre
& compote de pommes
Yaourt aromatisé Bio
Biscuit

Mardi 27 mars

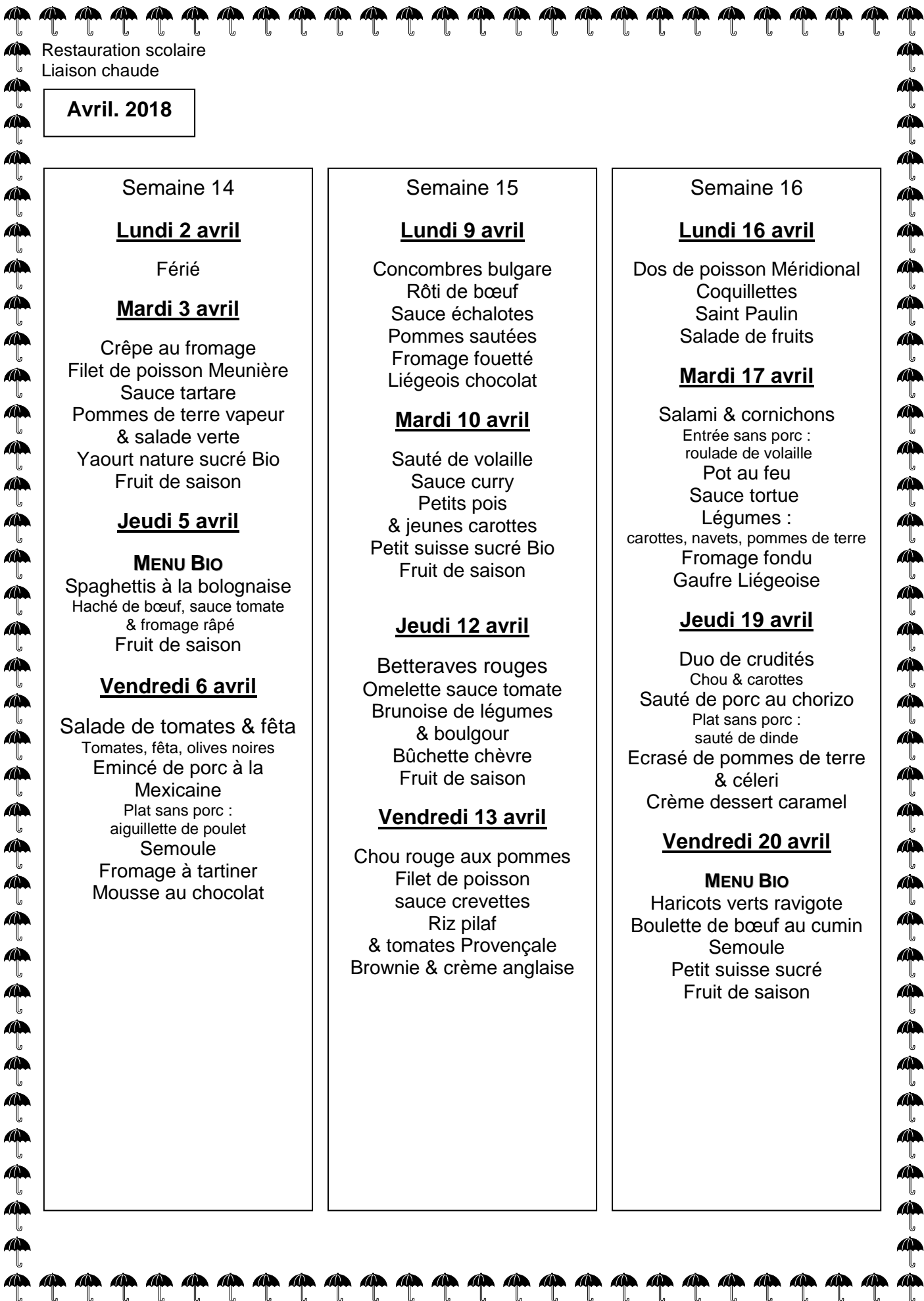
REPAS 100% VERT
Concombres ciboulette
Lasagnes ricotta, épinards
& fromage de chèvre
Salade verte
Fromage fouetté
Crème dessert pistache

Jeudi 29 mars

Velouté de champignons
Emincé de poulet
sauce crème
Riz aux petits légumes
Mimolette
Crème vanille

Vendredi 30 mars

Œuf dur macédoine
Sauté d'agneau
Ratatouille
& pommes duchesse
Gâteau de Pâques



Restauration scolaire
Liaison chaude

Avril. 2018

Semaine 14

Lundi 2 avril

Férié

Mardi 3 avril

Crêpe au fromage
Filet de poisson Meunière
Sauce tartare
Pommes de terre vapeur
& salade verte
Yaourt nature sucré Bio
Fruit de saison

Jeudi 5 avril

MENU BIO

Spaghettis à la bolognaise
Haché de bœuf, sauce tomate
& fromage râpé
Fruit de saison

Vendredi 6 avril

Salade de tomates & fêta
Tomates, fêta, olives noires
Emincé de porc à la
Mexicaine
Plat sans porc :
aiguillette de poulet
Semoule
Fromage à tartiner
Mousse au chocolat

Semaine 15

Lundi 9 avril

Concombres bulgare
Rôti de bœuf
Sauce échalotes
Pommes sautées
Fromage fouetté
Liégeois chocolat

Mardi 10 avril

Sauté de volaille
Sauce curry
Petits pois
& jeunes carottes
Petit suisse sucré Bio
Fruit de saison

Jeudi 12 avril

Betteraves rouges
Omelette sauce tomate
Brunoise de légumes
& boulgour
Bûchette chèvre
Fruit de saison

Vendredi 13 avril

Chou rouge aux pommes
Filet de poisson
sauce crevettes
Riz pilaf
& tomates Provençale
Brownie & crème anglaise

Semaine 16

Lundi 16 avril

Dos de poisson Méridional
Coquillettes
Saint Paulin
Salade de fruits

Mardi 17 avril

Salami & cornichons
Entrée sans porc :
roulade de volaille
Pot au feu
Sauce tortue
Légumes :
carottes, navets, pommes de terre
Fromage fondu
Gaufre Liégeoise

Jeudi 19 avril

Duo de crudités
Chou & carottes
Sauté de porc au chorizo
Plat sans porc :
sauté de dinde
Ecrasé de pommes de terre
& céleri
Crème dessert caramel

Vendredi 20 avril

MENU BIO

Haricots verts ravigote
Boulette de bœuf au cumin
Semoule
Petit suisse sucré
Fruit de saison



SERVICE DE RESTAURATION SCOLAIRE



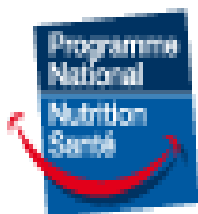
INFOS..... INFOS.....INFOS..... INFOS

Des menus BIO, des compotes, des laitages sont servis dans les restaurants scolaires.

🎯 **Les recommandations du GEMRCN** (Groupe d'étude des marchés de restauration collective et de nutrition)

Améliorer la qualité nutritionnelle des repas servis en restauration collective, tel est l'objectif du GEMRCN. Sa nouvelle recommandation répond aux besoins nutritionnels de tous les convives, des plus jeunes aux plus âgés.

Basés sur le **Programme National Nutrition Santé**, les objectifs prioritaires visent à :



- Augmenter le consommable de fruits, légumes, féculents.
- Augmenter les apports en fer et calcium
- Adapter les grammages recommandés selon les âges

.....
Pour la santé de nos petites têtes blondes.

🎯 **RAPPEL :**

Les menus sont également consultables sur le site de la Ville de Dunkerque

Idée recette **SOUPE AU MAROILLES.**

Ingrédients :

- Oignons 400 g
- Pommes de terre 400 g
- Maroilles 300 g
- Crème fraîche
- Farine
- Sel, poivre
- Croûtons

Recettes :

1. Faire revenir les oignons émincés dans le beurre sans coloration
2. Singer avec la farine et mélanger
3. Ajouter ensuite l'eau, les pommes de terre coupées en dés.
4. Saler, poivrer
5. Porter à ébullition, cuire 30 minutes
6. Mixer le tout, ajouter le maroilles coupé en petits morceaux.
7. Chauffer, remuer jusqu'à ce que le fromage fonde.
8. Mixer si besoin.
9. Ajouter la crème fraîche
10. Servir la soupe avec des croûtons frits.