

(Les plats soulignés correspondent à ceux servis aux enfants de maternelle)

| Semaine 03 | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|------------------------|---------------------------|----------------------------------|----------|-----------------------------|-----------------------------|
| Entrée | <u>Demi-pamplemousse</u> | <u>Saucisson à l'ail</u> | | <u>Potage</u> | <u>Salade Lorette</u> |
| | Carottes râpées | Radis | | Toast au chèvre | Crêpes au fromage |
| Plat principal | Cuisse de pintade | Filet de poisson sauce crustacés | | Moussaka | <u>Saucisse</u> |
| | <u>Petit brun de veau</u> | <u>Paëlla au poisson</u> | | <u>Mignonnette d'agneau</u> | Emincé de volaille au curry |
| Légume Féculent | <u>Pommes sautées</u> | <u>Haricots verts</u> | | - | <u>Lentilles</u> |
| | Purée de potiron | Riz | | Pâtes | Gratin de chou fleur |
| Produit laitier | <u>Fromage blanc</u> | <u>Gouda</u> | | <u>Brie</u> | <u>Petit suisse</u> |
| | <u>Entremet praliné</u> | <u>Crumble aux pommes</u> | | <u>Ile flottante</u> | <u>Compote</u> |
| Dessert | Fruit frais | Fruit frais | | Fruit frais | Fruit frais |

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons œufs
- Céréales, légumes secs
- Produits laitiers
- Produits sucrés
- Matières grasses cachées

Moussaka

2 aubergines, 6 pommes de terre, 500g de boeuf haché, 5 tomates (+/- 1/2 brique de coulis), 1 oignon, huile d'olive, 30g de beurre, muscade, poivre, sel.

Pour la Béchamel:
20g de beurre,
3 cuill de farine,
35cl de lait



Préparer la sauce tomate ou prendre le coulis de tomate. Y ajouter les oignons rissolés au préalable
Découper les aubergines en rondelles (sans les peler), saler puis les laisser dégorger.
Eplucher et découper les pommes de terre en fines rondelles et les disposer dans un plat à gratin légèrement huilé.

Passer le plat de pommes de terre au grill 5 à 15min pour les dorer. Passer les rondelles d'aubergines à la poêle de chaque côté pour les faire griller.

Faire revenir la viande au beurre, ajouter la sauce tomate. Préparer la béchamel.

Monter la moussaka: par dessus la couche de pommes de terre dans le plat mettre la moitié de la viande puis la moitié des aubergines, puis l'autre moitié de la viande et l'autre moitié d'aubergines, un filet d'huile d'olive et pour finir la béchamel.

Cuire au four à 200°C pendant 1 heure.

Nos salades

Salade lorette: Betteraves, oignons, mâche

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

La viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002.
Notre viande de porc est certifiée VPF. Les volailles sont labélisées

