Soyons Complices à table !

SEPTEMBRE-OCTOBRE 2015

Tout nouveau, tout beau !

API Restauration est ravi de vous présenter sa nouvelle formule du « Soyons Complices à table ».

Vous y trouverez : le menu du restaurant scolaire, des idées recettes, des infos sur la nutrition et sur le développement durable …
Nous l'avons modernisé pour qu'il trouve encore mieux sa place dans votre maison, dans votre portefeuille, sur le frigo …

Bonne découverte,

Votre Service Nutrition API Restauration

Les Rencontres du Goût dans votre restaurant

Voici la 3ème édition 2015 / 2016 des Rencontres du Goût - place à la couleur !

Cette année, les « Couleurs de saison » seront au rendez-vous lors de 3 temps forts pendant l'année scolaire : des recettes goûteuses seront préparées par nos Chefs de cuisine pour régaler vos enfants.

Bonnes Rencontres Gourmandes.

Le pain d'épices

Pour réussir délicieux un pain d'épices maison :

Mélangez 250g de farine, 150g de sucre, 2 cuil. à soupe de miel et 1 cuil à café de bicarbonate de soude diluée dans 1 verre d'eau froide.

Cuisson 1 heure environ à four très doux à 150°C au maximum.

MENU

Légende des couleurs :

- Produit local
- Fait maison
- Nouveau produit
- Entrée à base de viande

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
SEPTEMBRE 2015 — DU 1 AU 4		Taboulé à la mimolette	Salade maraichère	Salade de tomates au basilic	Céleri rémoulade
	BONNE RENTREE	Aiguillette de poulet suprême Duo de courgettes jaunes et vertes Pommes de terre rissolées	Omelette sauce tomates Semoule - Ratatouille	Fricadelle de bœuf forestière Petits pois au jus Pommes de terre persillées	Marmite de poisson à l'espagnole Riz créole
		Fruit de saison	Velouté aux fruits	Fraidou	*Clafoutis aux abricots*
DU 7 AU 11	*Cocktail multifruits de la rentrée*	Salade milanaise	Salade de tomates mozzarella	Concombres vinaigrette	Pizza napolitaine
	Carottes râpées Saucisse de Strasbourg—ketchup Frites	Chili con carne Riz pilaf	Sauté de dinde orloff Poêlée de légumes Pommes de terre noisettes	Carbonara de volaille Coquillettes Emmental râpé	Pavé de hoki dieppoise Bâtonnière de légumes Pommes de terre vapeur
	Ile flottante	Saint-Paulin	Liégeois vanille	Yaourt nature sucré	Fruit de saison
DU 14 AU 18	Macédoine de légumes	Carottes à l'édam	Salade dauphinoise	Salade fromagère	Salade fraîcheur
	Nugget's de poulet Sauce italienne Torsades-Emmental râpé	Sauté de veau à l'ancienne Mat: haché de veau Haricots verts aux oignons Pommes de terre à la ciboulette	Picadillo Méxicain Riz créole	Rôti de porc fumé Gratin dauphinois	Filet de poisson pané Piperade Basquaise Semoule
	Compote de pommes	Fruit de saison	Samos	Crème dessert chocolat	Flan pâtissier
DU 21 AU 25	Betteraves rouges vinaigrette	Duo de concombres et tomates	Salade Méxicaine	Salade montana	Tartine alsacienne
	Escalope de porc barbecue Trio de légumes Pommes de terre rissolées	Émincé de poulet aux poivrons Cœur de blé	Carbonnade flamande Frites	Hachis Parmentier	Filet de colin à la crème Riz aux petits légumes
	Kiri	Liégeois vanille	Mousse au chocolat	Gouda à la coupe	Fruit de saison
SEPTEMBRE-OCTOBRE 2015 — DU 28 AU 2	Velouté de chou-fleur	Salade de tomates vinaigrette	Salade Poitou-Charentes	Cassoulet Saucisses, saucisson	Céleri rémoulade
	Cordon bleu de volaille Carottes et pommes de terre à la crème	Sauté de bœuf mironton Mat:steak haché Penne régate-Emmental râpé	Rôti de dinde soubise Riz sauvage	Lingots du Nord Pommes de terre vapeur	Dos de lieu à la tomate Ratatouille—Semoule
	Yaourt brassé aux fruits	Fruit de saison	Yaourt nature sucré	Petit moulé Fruit de saison	Gâteau des îles
DU 5 AU 9	Velouté de légumes	Salade coleslow	Salade madrilène	Salade mimosa	Tarte au fromage
	Chipolatas Dijonnaise Pommes de terre campagnardes	Waterzoï de volaille et ses légumes Riz	Haché de veau à l'échalote Haricots beurre Pommes de terre country	Bolognaise Macaronis emmental râpé	Filet de poisson meunière Épinards à la crème de vache qui rit Pommes de terre persillées
	Emmental à la coupe	Flan vanille	Mousse au chocolat	Compote pommes mirabelles	Fruit de saison
DU 12 AU 16	*Rencontre du goût* *« Menu couleur orange »* Carottes râpées à l'orange	Soupe de tomates	Salade de haricots verts au maïs	Mortadelle et cornichons	Betteraves râpées
	Paupiette de veau paprika Purée de potiron	Rôti de porc à la méditerranéenne Coquillettes emmental râpé	Gratin de pommes de terre et volaille au Cheddar Salade	Bouchée de poulet chasseur Demi tomate gratinée Pommes de terre forestine	Fricassée de colin crustacés Riz pilaf
	Chamonix et clémentine	Yaourt nature sucré	Fruit de saison	Yaourt aromatisé	Gâteau à la châtaigne