

TRUCS & ASTUCES POUR UTILISER LES RESTES.

ASTUCE 1 :

Pour ne pas jeter les restes de légumes et de viandes, on pense aux quiches, aux gratins, aux soupes ou on hache le tout façon "hachis parmentier".

ASTUCE 2 :

Pour utiliser les fruits abîmés, on les cuit pour faire une compote tutti-frutti ou on mixe le tout pour un smoothie vitaminé !

ASTUCE 3 :

Pour ne pas jeter le pain, on utilise le pain rassis en le grillant pour faire des croûtons pour la soupe ou des mouillettes pour les oeufs à la coque. On en profite pour faire un dessert gourmand, pudding ou pain perdu.

UNE SAISON...UNE RECETTE

Le Pain perdu et sa compotée de pommes

Ingrédients pour 4 personnes : 4 pommes, un peu d'eau, 1 oeuf, 10 cl de lait, 2 c.à s. de sucre, 4 tranches de pain et un peu de beurre.



Laver, éplucher et couper les pommes en cubes. Les mettre dans une casserole avec un fond d'eau ; Laisser compoter 15 min à feu doux.



Battre l'oeuf avec le lait et le sucre. Tremper les tranches de pain dans la préparation.



Faire dorer les tranches de pain à la poêle avec le beurre.

Astuce

Pour cette recette, pensez à utiliser du pain un peu rassis et des pommes abîmées que vos enfants n'auraient pas mangé.



NOVEMBRE-DÉCEMBRE 2017

Soyons Complices à table !

Ensemble,
réduisons les déchets

PLUS C'EST
PETIT
PLUS C'EST
JOLI

ÉDITO

Participons tous
à la Semaine Européenne
de Réduction des Déchets !

Toujours engagé dans la lutte contre le gaspillage alimentaire, API Restauration participe comme chaque année à la **Semaine Européenne de Réduction des Déchets**, événement coordonné en France par l'ADEME et le Ministère de la Transition Energétique et Solidaire.

Elle a lieu cette année du **18 au 26 novembre 2017**. Nous mènerons à cette occasion **des actions de sensibilisation** à la réduction des déchets alimentaires et d'emballage dans nos restaurants.

Nous continuerons aussi à développer nos engagements pour **favoriser le tri sélectif, le recyclage et la valorisation des déchets** qui sont autant de bonnes pratiques à appliquer et à partager au quotidien, pour tendre toujours plus vers le « **Zéro Déchet** ! ».

Salutations gourmandes,
Le pôle nutrition.

Rencontres
Durables

Plus d'info sur <http://evenements.developpement-durable.gouv.fr>

api

Conception O'MAP



Menus du 06 novembre au 22 décembre 2017

Menus susceptibles de variations sous réserve des approvisionnements

RESTAURANT SCOLAIRE DE L'ECOLE ST JOSEPH




Retrouvez les menus de la semaine, les informations sur les animations, les produits locaux, les allergènes...

En 1 clic sur votre smartphone.

ou sur cuisinierdufinistere.apimobile.fr

Lundi 6 novembre	Mardi 7 novembre	Jeudi 9 novembre	Vendredi 10 novembre
Steack haché sauce échalotes	Carottes râpées		Salade fromagère
Chou-Fleur Béchamel	Sauté de dinde	Filet de colin au citron	Longe de porc à la provençale
Gouda	Macaronis	Blé aux petits légumes	Carottes au jus
Flan nappé	Fruit de saison	Yaourt sucré	Compote
		Fruit de saison	

Lundi 4 décembre	Mardi 5 décembre	Jeudi 7 décembre	Vendredi 8 décembre
	Saucisson à l'ail	Carottes râpées	Salade au maïs
Filet de dinde	Sauté de porc sauce grand-mère	Tartiflette	Rôti de bœuf
Macaronis à la tomate	Chou blanc et pommes de terre vapeur	Salade verte	Haricots blancs
Fromage râpé		Fruit de saison	Yaourt sucré
Fruit de saison	Liégeois		

Lundi 13 novembre	Mardi 14 novembre	Jeudi 16 novembre	Vendredi 17 novembre
Poireaux vinaigrette	Salade de riz et lentilles	Coleslaw	
Paupiettes de veau aux fines herbes	Tajine de légumes et abricots secs	Aiguillettes de poulet	Médailon de merlu sauce crustacés
Petits pois carottes	Semoule 	Choux de Bruxelles, pommes de terre vapeur	Riz safrané
Petit suisse sucré	Yaourt aromatisé	Crème au chocolat	Mimolette
			Fruit de saison

Lundi 11 décembre	Mardi 12 décembre	Jeudi 14 décembre	Vendredi 15 décembre
Salade radis, cervelas		Coleslaw	
Omelette aux fines herbes	Saucisse	Emincé de porc au curry	Poisson pané au citron
Haricots verts	Lentilles	Pommes de terre noisettes	Blé à la julienne de légumes
Petit suisse sucré	Camembert	Fruit de saison	Edam
	Poire au chocolat		Cake aux pommes

Bienvenue dans notre potager

Lundi 20 novembre	Mardi 21 novembre	Jeudi 23 novembre	Vendredi 24 novembre
 Emincé de dinde aux champignons Purée de potiron Camembert Gâteau poires et noix	Salade de croutons au gouda		Salade de riz
	Bœuf bourguignon	Jambon braisé	Pain de poisson
	Carottes, pommes de terre	Pommes Dauphines	Fondue de poireaux
	Fruit de saison	Carré frais	Mousse au chocolat
		Fruit de saison	

Lundi 18 décembre	Mardi 19 décembre	Jeudi 21 décembre	Vendredi 22 décembre
	Salade d'endives au gruyère		Jus de pommes
Nuggets de poulet	Bolognaise de thon	Rôti de porc sauce madère	Chapon saucé aux marrons
Purée	Torti	Haricots beurre	Pommes de terre smileys, flan de carottes
Emmental		Gouda	Bûche pâtisseries au chocolat
Compote	Fruit de saison	Crème dessert caramel	

REPAS DE NOEL



CHOCOLAT DE NOEL

Lundi 27 novembre	Mardi 28 novembre	Jeudi 30 novembre	Vendredi 1er decembre
	Pomelos		Salade d'endives
Gratin de pâtes à la volaille	Sauté de veau à la moutarde à l'ancienne	Calamars à la romaine	Colin poêlé sauce au beurre blanc
	Pommes de terre et navets braisés	Semoule	Duo riz et brocolis
Fromage râpé	Compote	Gouda	Flan chocolat
Fruit de saison		Fruit de saison	



- Toutes les crudités sont préparées à partir de produits frais sur la cuisine centrale, la vinaigrette est réalisée maison
- Les viandes sont cuites en basses températures sur la cuisine et les sauces sont réalisées maison à partir du jus de cuisson
- La cuisson des légumes est réalisée sur la cuisine centrale
- Le fromage est à la coupe, sauf fromage fondu
- Les pâtisseries et entremets sont réalisés sur la cuisine centrale (sauf beignet)
- Le boeuf et le porc sont 100% nés, élevés et abattus en France
- Les courgettes, tomates, concombres sont d'origine bretonne
- Une partie des laitages est d'origine bretonne

Nos plats sont susceptibles de contenir des substances ou dérivés pouvant entraîner des allergies ou intolérances

