

Menus TARARE

Mars - Avril 2018



ÉDITO


Nos enfants sont particulièrement sensibles à la protection de l'environnement et ignorent parfois qu'ils peuvent eux aussi contribuer et aider la nature à aller mieux..

Réalisées durant la pause du déjeuner, en complément des sensibilisations quotidiennes faites en classe, les animations « À l'écoute de ma planète » et « Mission anti-gaspi » informent les enfants avec humour et pédagogie et les encouragent à agir jusque dans leur maison.


Avec l'arrivée du printemps, retrouvez dans les menus de nombreux fruits et légumes de saison cuisinés avec soin pour le bien-être de vos enfants.

Bon appétit !


Du 26 février au 2 mars 2018

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 26	Taboulé	Bœuf braisé sauce forestière	Carottes Vichy	Edam	Fruit de saison 
Mar. 27	Salade verte	Chipolatas* sauce vigneronne Omelette nature	Lentilles mijotées	Cantafras	Agruma'dine à boire
Mer. 28	Haricots verts en salade	Moules marinières	Frites	Petit-suisse nature	Flan vanille
Jeu. 1 ^{er}	Salade de riz ●	Tarte au fromage	Salade verte	Fromage blanc	Compote pomme banane
Ven. 2	Salade d'endives et croûtons	Cuisse de poulet sauce moutarde	Gratin dauphinois	Brie Pain ●	Crème chocolat


Du 5 au 9 mars 2018

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 5	Salade de pâtes ●	Potimentier de poisson		Yaourt nature	Fruit de saison
Mar. 6	Carottes râpées et chou chinois Vinaigrette à la moutarde	Jambon chaud au jus* Poisson en sauce	Riz	Vache qui rit Pain ●	Mousse chocolat
Mer. 7	Pâté de campagne et cornichons* Œufs durs mayonnaise	Sauté de bœuf sauce Dijonnaise 	Haricots verts	Emmental	Fruit de saison
Jeu. 8	Radis beurre	Gratin de chou fleur aux dés de dinde		Fromage blanc	Purple cake
Ven. 9	Macédoine mayonnaise	Bobotie	Macaronis (bouillon de légumes)	Saint-Paulin	Fruit de saison


Du 12 au 16 mars 2018

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 12	Carottes râpées	Poisson meunière et citron	Jardinière de légumes	Petit-suisse nature	Beignet au pommes
Mar. 13	Potage de légumes	Hachis Parmentier		Coulommiers	Fruit de saison
Mer. 14	Endives sauce yaourt safrané	Filet de poisson sauce potiron	Carottes Vichy	Fromage blanc	Eclair au chocolat
Jeu. 15	Salade arlequin (salade verte, olives, poivrons, maïs) 	Pâtes à la romaine (jambon de dinde)		Saint-Nectaire Pain ●	Flan vanille nappé caramel
AMUSE-BOUCHE : CAKE AU CURCUMA					
Ven. 16	Mortadelle et cornichons* ● Œufs durs mayonnaise	Daube de bœuf à l'orange	Haricots beurre persillés	Yaourt nature	Fruit de saison

Du 19 au 23 mars 2018

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 19	Salade de pommes de terre moutarde à la l'ancienne ●	Sauté de dinde au jus	Petits pois mijotées	Fromage blanc nature	Fruit de saison
Mar. 20	Carottes râpées	Filet de poisson sauce à l'oseille	Riz créole	Cantafrais Pain ●	Smoothie des îles
Mer. 21	Salade de pâtes	Œufs durs à la florentine et croûtons		Tomme grise	Fruit de saison
Jeu. 22	Potage de légumes	Petit salé aux lentilles* <i>Poisson en sauce et lentilles mijotées</i>		Gouda	Fruit de saison 
Ven. 23	Salade verte et croûtons	Bœuf bourguignon	Chou fleur persillés	Petit-suisse	Gâteau moelleux au chocolat

Du 26 mars au 30 mars 2018

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 26	Pizza au fromage ●	Filet de poisson sauce normande	Haricots verts	Brie	Fruit de saison
Mar. 27	Radis beurre	Nuggets de volaille	Pommes de terre paillasson	Fromage blanc	Compote de pommes
Mer. 28	Salade verte	Sauté de porc au jus	Riz créole (bouillon de légumes)	Saint-Paulin	Flan chocolat
Jeu. 29	Terrine de légumes et mayonnaise	Blanquettes de veau	Tortis (bouillon de légumes)	Emmental	Fruit de saison
LES « PAS PAREILLES »					
Ven. 30	Macédoine mayonnaise	Omelette nature	Carottes et crumble nature ou crumble au fromage	Yaourt nature Pain ● 	Gâteau coco, chocolat, ananas et chocolat

Du 2 au 6 avril 2018

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 2	FÉRIÉ				
Mar. 3	Salade de betteraves	Raviolis sauce tomate		Yaourt aromatisé	Fruit de saison
Mer. 4	Carottes râpées	Quenelles sauce forestière	Vol au vent	Bûche mi-chèvre	Compote pommes
LES « PAS PAREILLES »					
Jeu. 5	Salade verte	Bœuf façon cervoise	Pommes de terre Caldeirada	Cantal et condiment pomme ou poire Pain ●	Flan vanille
AMUSE-BOUCHE : SOUPE DE PETITS-POIS MENTHE					
Ven. 6	Salade de riz	Dés de poisson à la florentine et croûtons		Vache qui rit	Fruit de saison ●

*Plat à base de porc.
Plat de remplacement.



La chasse au gaspi, un vrai jeu d'enfants !

Démarrée en novembre avec le premier thème « Décodage dans le frigo », la campagne de sensibilisation à la lutte contre le gaspillage alimentaire « Mission anti-gaspi » se poursuit avec deux chapitres complémentaires :

- « **Main basse sur les restes** » en mars, pour apprendre qu'avec un peu d'astuce, il est possible de donner une seconde vie aux aliments cuisinés en trop ou aux fruits et légumes frais qui déclinent. L'art d'accommoder les restes s'apprend dès le plus jeune âge grâce au dépliant distribué pour l'occasion.
- « **Stop aux idées reçues !** », en avril pour apporter aux enfants les derniers messages à retenir de l'année.

Les cueillettes, on en profite !

Le printemps est là et les premiers légumes primeurs font leur apparition. Les lieux de cueillette ouverts au public offrent une sortie idéale pour toute la famille, c'est le moment d'en profiter !

La cueillette, comment ça marche ?

- Vous profitez d'un verger et d'un potager bien entretenus,
- Le matériel nécessaire vous est fourni,
- Vous cueillez vous-mêmes vos fruits et légumes en fonction de vos envies et des produits du moment,
- Vous réglez vos récoltes en fonction du prix indiqué au poids.

L'astuce en plus :

Pensez à préparer l'ordre de votre cueillette : si vous commencez par les fraises ou les framboises, il sera plus difficile de motiver les enfants pour la récolte des courgettes..

