

(Sous réserve des livraisons et de la maturité des fruits)

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENREDI

Semaine du
31 janvier au 4
février



« Bon pour la planète »

Salade aux dés de chèvre
Dahl de lentilles corail
aux épinards
Perles
Pomme bio



Nem de légumes
Émincé poulet à l'ananas / filet
de hoki à l'aigre douce
Riz cantonnais
Gouda bio
Beignet aux pommes



Bœuf aux pruneaux / Omelette
Flan de butternut bio, pommes
de terre
Clémentines
Crêpe



Velouté de patates douces
Filet de colin
Poireaux à la crème,
mélange 5 céréales
Laitage fermier aux fruits

Semaine du
7 au 11 février

Carottes bio râpées à la cibou-
lette
Œufs mollets sauce mornay
Chou romanesco,
pommes vapeur
Banane



« Bon pour la planète »

Endives bio aux dés de mimo-
lette
Couscous végétarien
Semoule bio
Yaourt bio fermier sucré



Potage petits pois
Dinde à la
milanaise/ croustade de thon à
la provençal
Coquillettes bio, gruyère
Petits suisses aux fruits



Langue / steak fromager
Purée de potimarron bio
Edam bio
Kiwi



Salade aux dés d'emmental
Filet de hoki au curry
Gratin de céleris et pommes de
terre
Poire bio



Semaine du
14 au 18 février



Céleri bio rémoulade
Escalope de poulet à l'estra-
gon / Filet de hoki à l'estragon
Haricots verts bio, pommes de
terre lamelles
Crème dessert bio chocolat



Salade coleslaw
Rôti de porc / omelette
Duo de courgettes à la crème
Blé
Laitage bio fermier aux fruits



Toast au fromage
Sauté de veau / boulette de
céréales
Ragoût de carottes bio et de
navets bio
Orange



« Bon pour la planète »

Potage de légumes verts
Gratin de pommes de terre
Salade au vinaigre de framboise
Pomme bio



Filet de merlu à l'aneth
Brocolis bio
Riz
Tomme noire
Banane



Semaine du
21 au 25 février

Betteraves rouges
Omelette bio
Poêlée camarguaise
Yaourt fermier sucré



« Bon pour la planète »

Carottes bio râpées aux
raisins secs
Fusilli bio, Poêlée des bois aux
champignons
Gruyère
Compote de fruits bio



Potage potiron bio
Bœuf à la dijonnaise / quenelle
à la dijonnaise
Haricots à la tomate, pommes
vapeur
Petit fruité, poire bio



Salade de jeunes pousses au
vinaigre balsamique
Jambon / thon
Frites
Saint Paulin bio
Clémentines



Salade d'endives bio à la
vinaigrette moutarde ancienne
Pêche du jour sauce
mousseline
Purée de patates douces
Edam
Éclair





La crêpe dans tous ses états...!

Le saviez-vous ?

- La plus grande crêpe de l'univers est anglaise, elle mesure **15 mètres de diamètre** et pèse **3 tonnes** ! (1994)
- Un américain est entré dans le livre des records, en 2010, avec un lancer de crêpe de **9,37 mètres**.
- En 2009, le canadien Bob Blumer a confectionné **559 crêpes en 1 heure**.
- Le nordiste Nicolas Dussenne a battu son propre record de crêpes cuites **en 12 heures**, avec dix poêles il a réussi à en faire **2753**.



MENUS DES RESTAURANTS SCOLAIRES

Du 31 janvier au 25 février 2022

Pour tout renseignement :

Sylvie BERTRAND
Diététicienne
Unité Centrale de Production
472 rue du Sapin Vert
59150 WATTRELOS
03.20.81.59.68
cuisine.centrale@ville-wattlelos.fr

Bonnes vacances !

Parce que février signifie Chandeleur, enfilez votre plus beau tablier pour réaliser de savoureuses crêpes !

Pour 4 personnes, mélangez les ingrédients suivants :



⇒ 250 g de farine



⇒ 1/2 litre de lait



⇒ 2 c à soupe de sucre

⇒ 4 œufs



⇒ 50 g de beurre fondu

⇒ Une pincée de sel



Garniture au choix : miel, chocolat, caramel, confiture...