

## Menus scolaires ville de Pérols - Du 1<sup>er</sup> au 5 Mai 2017

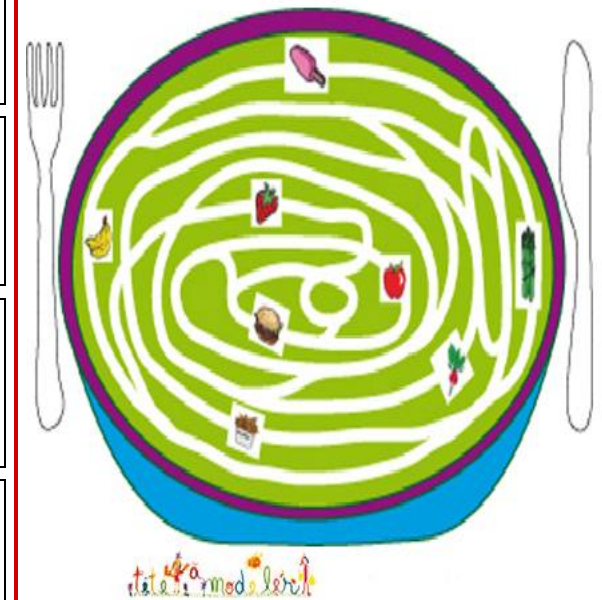
Le mot de la diet!

Plats	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre		<b>Salade verte</b>	<b>Salade Marco polo</b> (coquillettes, surimi, tomate, mayonnaise)	<b>Radis Beurre</b>	<b>Crêpe au fromage</b>
Plats principaux		<b>Chipolatas aux herbes</b>	<b>Rôti de dinde sauce curry</b>	<b>Sauté de bœuf à la provençale</b>	<b>Croustillant de poisson</b>
Garnitures		<b>Purée de pomme de terre</b>	<b>Carottes sautées</b>	<b>Gnocchis</b>	<b>Epinards à la crème</b>
Produits laitiers		<b>Vache qui rit</b>	<b>Petit suisse</b>	<b>Tome grise</b>	<b>Fromage blanc</b>
Desserts		<b>Fruit</b>	<b>Gaufre</b>	<b>Fruit</b>	<b>Crème de marron</b>

**F  
E  
R  
I  
E**

Trouve le chemin qui relie les 5 fruits et légumes par jour

Labyrinthe : 5 fruits et légumes









Toutes les liais Meunière

**aktē SERVICES**  
RESTAURATION & SERVICES ASSOCIÉS

Bon Appétit

## Menus scolaires ville de Pérols - Du 8 au 12 Mai 2017

Plats	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	<b>F E R I E</b>	<b>Salade de tomates</b> 	<b>Salade d'avocat</b> 	<b>Salade de PdT vinaigrette</b> (Thon, olives, cornichons, oignons)	<b>Rillettes</b> 
Plats principaux		<b>Saucisse de Lozère</b> 	<b>Ortellinis au bœuf à la crème</b>	<b>Pilon de poulet tex mex</b>	<b>Dos de colin sauce oseille</b> 
Garnitures		<b>Lentilles</b>		<b>Gratin de chou fleur</b>	<b>Riz</b>
Produits laitiers		<b>Saint Nectaire</b>	<b>Saint paulin</b>	<b>Kiri</b>	<b>Camembert</b> 
Desserts		<b>Fruit</b>	<b>Fruit au sirop</b>	<b>Flan caramel</b>	<b>Fruit</b>

Toutes les liaisons sont élaborées à la fécule de maïs (compatibilité avec les allergies au gluten)

Le mot de la diet!

### CHARADE



Mon premier est une chose que l'on lance pour certains jeu de société

Mon deuxième est une chose que l'on fait avec ses amis

Mon troisième est une partie du corps situé entre la bouche et les yeux

Mon tout est un repas

Réponse: déjeuner (dé-jeux-nez)

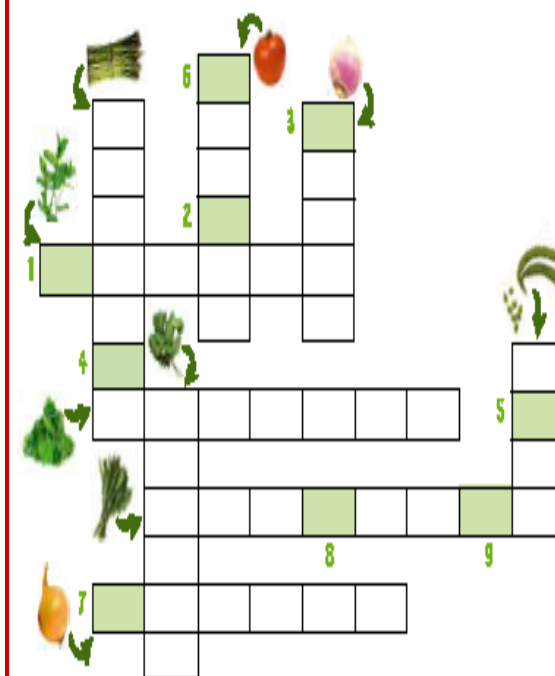
## Menus scolaires ville de Pérols - Du 15 au 19 Mai 2017

Plats	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	<b>Taboulé</b>	<b>Concombres</b>	<b>Salade de blé au basilic</b>	<b>Salade composée (Salade verte, tomates, olives)</b>	<b>Salade Iceberg</b>
Plats principaux	<b>Cordon bleu</b>	<b>Rôti de porc aux olives</b> 	<b>Steak haché de veau</b>	<b>Sauté de mouton au miel et abricots</b>	<b>Poisson pané</b>
Garnitures	<b>Haricots beurre</b>	<b>Pommes noisettes</b>	<b>Carottes sautées</b>	<b>Torsades</b>	<b>Riz aux petits légumes</b>
Produits laitiers	<b>Edam</b>	<b>Tomme noire</b>	<b>Brebis crème</b>	<b>Petit suisse</b>	<b>Emmental</b>
Desserts	<b>Mousse au chocolat</b>	<b>Compote de fruits</b>	<b>Fruit</b>	<b>Tarte au chocolat</b>	<b>Fruit</b> 


Toutes les liaisons sont élaborées à la féculé de maïs (compatibilité avec les allergies au gluten)

Le mot de la diet!

### Les mots fléchés



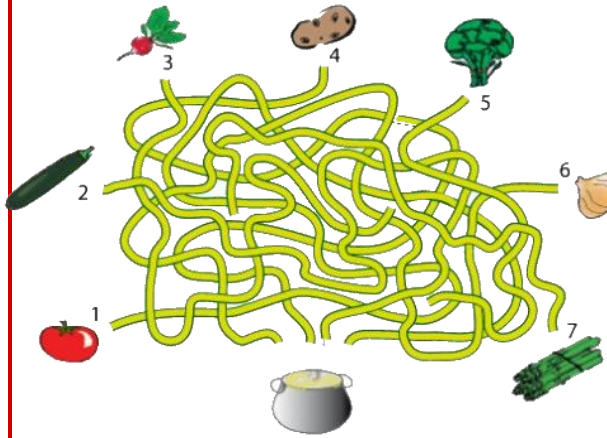
## Menus scolaires ville de Pérols - Du 22 au 26 Mai 2017

Plats	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	<b>Friand au fromage</b>	<b>Tomates vinaigrette</b>	<b>Salade de pâtes (tomates thon olives)</b>	<b>F E R I E</b>	<b>V A Q U E</b>
Plats principaux	<b>Aiguillettes de poulet sauce forestière</b>	<b>Sauté de veau à l'ancienne</b>	<b>Moussaka</b>		
Garnitures	<b>Haricots verts persillés</b>	<b>Purée de pomme de terre</b>			
Produits laitiers	<b>Gouda</b>	<b>Tome noire</b> 	<b>Babybel</b>		
Desserts	<b>Crème dessert vanille</b>	<b>Fruit</b>	<b>Abricot au sirop</b>		

Toutes les liaisons sont élaborées à la féculé de maïs (compatibilité avec les allergies au gluten)

Le mot de la diet!

*Soupe de légumes, mais de quels légumes ?*



Mettre une croix aux numéros des légumes qui vont dans la soupe  
Relier chaque numéro au nom du légume qui lui correspond

<input type="checkbox"/> 1 •	• asperge
<input type="checkbox"/> 2 •	• brocoli
<input type="checkbox"/> 3 •	• courgette
<input type="checkbox"/> 4 •	• oignon
<input type="checkbox"/> 5 •	• pomme de terre
<input type="checkbox"/> 6 •	• radis
<input type="checkbox"/> 7 •	• tomate

## Menus scolaires ville de Pérols - Du 29 Mai au 2 Juin 2017

Le mot de la diet!

Plats	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	<b>Concombre ciboulette</b>	<b>Pizza au fromage</b>	<b>Salade verte</b>	<b>Salade de riz niçois (thon, tomates, maïs, œuf dur, vinaigrette)</b>	<b>Carottes râpées</b>
Plats principaux	<b>Nugget's de poisson</b>	<b>Fricassée de poulet à l'indienne</b>	<b>Bœuf bourguignon</b>	<b>Côte de porc au jus</b>	<b>Rôti de dinde au jus</b>
Garnitures	<b>Epinards à la crème</b>	<b>Haricots verts</b>	<b>Purée de pomme de terre</b>	<b>Ratatouille</b>	<b>Boullghour</b>
Produits laitiers	<b>Emmental</b>	<b>Yaourt sucré</b>	<b>Brie</b>	<b>Fromage blanc</b>	<b>Chanteneige</b>
Desserts	<b>Tarte croissant abricot</b>	<b>Fruit</b>	<b>Glace</b>	<b>Biscuit</b>	<b>Fruit</b>

Toutes les liaisons sont élaborées à la féculé de maïs (compatibilité avec les allergies au gluten)

### La recette du petit chef

#### Le cake au carambar








3 oeufs  
160 g de sucre en poudre  
150 g de farine  
1 sachet de levure  
150 g de beurre  
20 carambar  
10 cl de lait

1. Préchauffer le four à 180°. Enlever le papier des carambar, et les poser dans une casserole.
2. Ajouter dans la casserole le beurre et le lait, et faire chauffer à feu moyen en mélangeant souvent pour faire dissoudre les carambar.
3. Laisser tiédir le mélange le temps de poursuivre la recette.
4. Verser le sucre et les oeufs dans un saladier. Fouetter le tout.
5. Ajouter la farine à levure incorporée, ou bien la farine et la levure.
6. Mélanger le tout jusqu'à obtenir une préparation homogène.
7. Ajouter le mélange beurre / lait / carambar dans le saladier, mélanger à nouveau.
8. Verser dans un moule à cake beurré et fariné
9. Enfourner pour 40 minutes de cuisson

## Menus scolaires ville de Pérols - Du 5 au 9 Juin 2017

Le mot de la diet!

Plats	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	<b>F E R I E</b>	Salade plémontaise 	Radis beurre	Salade de tomates mozzarella	Salade verte
Plats principaux		Kefta d'agneau 	Chipolatas 	Gardiane de bœuf 	Rouille de seiche
Garnitures		Carottes sautées	Petit pois nature	Coquillettes à l'emmental	Riz
Produits laitiers		Cantal	Gouda	Petit suisse	Petit moulé nature
Desserts		Compote de fruits	Fruit	Pêche au sirop 	Fruit

### DEVINETTE

Mon premier est le plus fort aux cartes (ou le plus faible)

Mon deuxième va toujours par deux

Mon troisième précède le "tu"

Mon tout est un légume à grande tige



Réponse : as-paire-je  
(asperge)

Toutes les liaisons sont élaborées à la féculé de maïs (compatibilité avec les allergies au gluten)

## Menus scolaires ville de Pérols - Du 12 au 16 Juin 2017

Plats	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	<b>Taboulé</b>	<b>Salade de concombres</b>	<b>Betteraves persillées</b>	<b>Carottes râpées</b>	<b>Rosette</b> 
Plats principaux	<b>Escalope viennoise</b>	<b>Sauté de veau marengo</b> 	<b>Rôti de porc aux pruneaux</b> 	<b>Carry de poulet</b>	<b>Filet de poisson meunière</b>
Garnitures	<b>Haricots verts</b>	<b>Pommes de terre vapeur</b>	<b>Pâtes à l'emmental</b>	<b>Riz</b>	<b>Courgettes persillées</b>
Produits laitiers	<b>Saint Paulin</b>	<b>Vache qui rit</b>	<b>Petit filou</b>	<b>Camembert</b>	<b>Yaourt sucré</b>
Desserts	<b>Mousse au chocolat</b>	<b>Fruit</b>	<b>Biscuit</b>	 <b>Fruit</b>	<b>Pâtisserie</b>

Le mot de la diet!

### Les saveurs

Nino veut faire goûter à Nina 4 saveurs: le sucré, le salé, l'amer et l'acide. Pour cela il doit passer prendre le sucre, le sel le café et le vinaigre avant de rejoindre Nina.



Toutes les liaisons sont élaborées à la féculé de maïs (compatibilité avec les allergies au gluten)

## Menus scolaires ville de Pérols - Du 19 au 23 Juin 2017

Le mot de la diet!

Plats	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Hors d'œuvre	<b>Tomates aux olives</b>	<b>Roulé au fromage</b>	<b>Coleslaw</b>	<b>Salade iceberg</b>	<b>Salade Strasbourgeoise</b>
Plats principaux	<b>Fricadelle de bœuf sauce vigneronne</b>	<b>Cordon bleu</b>	<b>Macaronis bolognaise</b>	<b>Paella</b> 	<b>Filet de colin sauce diepoise (fruits de mers)</b>
Garnitures	<b>Purée de pomme de terre</b>	<b>Epinards à l'indienne</b>			<b>Haricots beurre</b>
Produits laitiers	<b>Edam</b>	<b>Yaourt aromatisé</b>	<b>Vache qui rit</b>	<b>Petit moulé nature</b>	<b>Tome blanche</b>
Desserts	<b>fruit</b>	<b>Abricot au sirop</b>	<b>Glace</b>	<b>Fruit</b>	<b>Compote</b>

### La recette du petit chef

#### Salade d'avocat et pamplemousse aux crevettes roses

350g de crevettes  
2 pamplemousses  
2 avocats  
2 citrons

Salade verte  
3 CS d'huile d'oli  
Ciboulette  
Tabasco



1. Décortiquer les crevettes et les arroser de jus de citron
2. Ajoutez-y l'huile d'olive et 4 gouttes de tabasco. Remuez délicatement et laissez mariner
3. Peler à vif les pamplemousses et les couper en quartiers
4. Peler et couper les avocats en dés, et mouillez au jus de citron
5. Brassez le jus de la marinade avec les quartiers de pamplemousses, les dés d'avocats et les crevettes.
6. Ajoutez la salade et la ciboulette



Toutes les liaisons sont élaborées à la féculé de maïs (compatibilité avec les allergies au gluten)

**aktēSERVICES**  
RESTAURATION & SERVICES ASSOCIÉS

Bon Appétit 