

Novembre  
2024

# Restaurant scolaire de Plozévet



Lundi 4

Pâté de campagne  
One pot pasta bio  
Fruits bio

Mardi 5

Panais et poires râpés  
Omelette bio  
Couscous bio  
Far Breton bio

Mercredi 6

Velouté de rutabaga  
Rôti de veau  
Boulgour et quinoa bio  
Fruits bio

Jeudi 7

Salade Suisse  
Sauté de bœuf bio  
Mélange 4 céréales bio  
Potimarrons rôtis  
Cookie

Vendredi 8

Navet râpé  
Escalope de volaille  
Label Rouge  
Frites  
Yaourt aux fruits bio

Lundi 11

Férial

Mardi 12

Feuilleté au fromage  
Tortilla de  
pomme de terre  
Haricots verts bio  
Fruits bio

Mercredi 13

Velouté de panais  
Boulettes de bœuf bio  
Méli-mélo gourmand bio  
Fruits bio

Jeudi 14

Rosette  
Lasagnes végé bio  
Brownies

Vendredi 15

Coleslaw  
Poisson du jour  
Blé mondé bio  
Fromage  
Fruits bio

Lundi 18

Salade Suisse  
Bolognaise bio  
Pâtes fraîches bio  
Fruits bio

Mardi 19

Salade du pêcheur  
Sauté de veau  
Poêlée Automnale  
Panna cotta chocolat blanc

Mercredi 20

Velouté de céleri  
Rôti de porc bio  
Riz au sarrasin bio  
Fruit bio

Jeudi 21

Velouté de courge  
Poisson du jour  
Mélange 4 céréales bio  
Brocolis  
Financier pistache

Vendredi 22

Pomelos bio  
Crozziflette  
Yaourt bio

Lundi 25

Betteraves bio  
Carry végé bio  
Yaourt bio

Mardi 26

Panais râpé aux noix  
Poisson du jour  
Couscous d'épeautre bio  
Fondue de poireaux  
Compote de pommes bio

Mercredi 27

Velouté de salsifis  
Escalope de volaille  
Label Rouge  
Blé mondé bio  
Fruits bio

Jeudi 28

« La carotte  
dans tout ses états »

Vendredi 29

Choux rouge  
Gratiné d'oeufs bio  
Smoothie bowl bio

Décembre  
2024

## Restaurant scolaire de Plozévet



Lundi 2

Salami  
Tajine végé bio  
Fromage  
Fruits bio

Mardi 3

Velouté de chou-fleur  
Omelette bio  
Potimarrons et carottes  
Riz au lait bio

Mercredi 4

Potage du chef  
Rôti de veau  
Pépinettes bio  
Fruits bio

Jeudi 5

Céleri rémoulade  
Sauté de bœuf bio  
Pâtes fraîches bio  
Champignons  
Cône danois

Vendredi 6

Pomelos bio  
Escalope de volaille  
Label Rouge  
Pomme de terre vapeur  
Yaourt bio

Lundi 9

Betteraves bio  
Sauté de volaille  
Label rouge  
Boulgour bio  
Yaourt bio aux fruits

Mardi 10

Velouté de rutabaga  
Riz Cantonnais bio  
Fruits bio

Mercredi 11

Macédoine de légumes  
Boulettes de bœuf bio  
Coquillettes bio  
Fruits bio

Jeudi 12

Rillettes  
Tortilla  
de pomme de terre  
Poêlée du marché  
Pavlova

Vendredi 13

Navet râpé  
Poisson du jour  
Mélange 4 céréales bio  
Fromage  
Fruits bio

Lundi 16

Salade de maïs bio  
Yassa végé bio  
Fromage  
Fruits bio

Mardi 17

Taboulé  
Sauté de veau  
Poêlée Hivernale  
Œuf au lait bio

Mercredi 18

Velouté du chef  
Jambon grillé  
Lentilles bio  
Fruits bio

Jeudi 19

**Menu de Noël**

Vendredi 20

Carottes râpées  
Poisson du jour  
Couscous bio  
Fromage  
Fruits

Les menus sont élaborés en favorisant les produits locaux, de saison, bio ou labellisée.  
Le fait-maison est privilégié  
menu non contractuel pouvant être soumis à modifications.



## Produits De saison



## Recette Du chef

### Ingrédients

Farine 500g  
Levure de boulangerie 10g  
Sucre 40g  
Œufs 2 pièces  
Beurre 40g  
Lait 250g

### Petit pain au lait

(12 pièces)

Délayer la levure dans le lait tiède.

Dans le bol du robot, verser la farine, le sucre. Mélanger.

Muni du pétrin, lancer le robot en vitesse lente (vitesse 1) en versant peu à peu le lait tiède.

Pétrir à cette vitesse 3 minutes.

Ajouter l'œuf et le beurre pommade.

Pétrir vitesse lente encore une minute puis augmenter à vitesse moyenne (vitesse 2) et pétrir encore 8 minutes.

Laisser ensuite le pâton lever dans le bol, 1 heure, à température ambiante, couvert d'un torchon.

Puis dégazer cette pâte, la peser et la diviser en 12 portions (environ 75 grammes chaque boule). Rouler chaque pâton sur un plan de travail, avec la paume de la main, en faisant 5 mouvement circulaires puis plusieurs fois d'avant en arrière jusqu'à obtenir la longueur désirée du boudin (sans jamais lever la main).

Déposer les boudins sur du papier sulfurisé.

Laisser lever à température ambiante 40 minutes.

Préchauffer le four à 180°C, les badigeonner de l'œuf battu, cuire 15min.