

La gazette

Janvier / Février 2016

des Marmitons n°13

L'INFO SUR LA RESTAURATION MUNICIPALE DE VOS ENFANTS



Connaissez-vous les légumes oubliés ?

Un peu difformes, parfois tordus, leur apparence bizarre nous change des carottes et des tomates! On confond fréquemment ces légumes anciens qui apparaissent au cœur de l'hiver, quand on en a (souvent) marre du potimarron, des pommes de terre et des endives...

La cuisine centrale municipale fait découvrir de temps en temps ces légumes « oubliés » dans les assiettes de vos enfants. N'hésitez pas, vous aussi, à leur faire découvrir panais, topinambours et autres salsifis!

Retour sur les animations de Noël

Le repas de Noël a été servi dans les restaurants scolaires, jeudi 17 décembre dernier. Zoom sur les écoles Jean Jaurès et Jean Cocteau.



À TABLE

Menu bio spécial Créole !

Avec des ingrédients exclusivement bio, la cuisine municipale des Marmitons concocte pour les enfants un repas créole de l'entrée au dessert le mardi 5 janvier. Découvrez une recette de ce menu:

Soupe de carottes au lait de coco

Les ingrédients

- 1 kg de carottes • 1 gros oignon • ½ litre d'eau ou bouillon de légumes • 1 boîte de lait de coco • 20 cl de crème (facultatif) • coriandre fraîche (facultatif)

Dans une casserole faire fondre sans coloration l'oignon émincé avec 1 noisette de beurre.

Ajoutez les carottes coupés en petits dés, 1/2 litre d'eau ou de bouillon de légumes. Laissez cuire 30 mn à feu doux, puis mixez le tout. Incorporez le lait de coco et la coriandre fraîche.



La gazette des Marmitons n°13 - décembre 2015 - Directeur de la publication : Guy Malandain - Rédaction : cuisine centrale les Marmitons / direction de la communication - Maquette et photos : direction de la communication - Impression : Mairie de Trappes-en-Yvelines - 1 900 ex - Dépôt légal à parution.

RESTAURATION SCOLAIRE

MEALS

Menus des mois de janvier / février 2016
 élaborés par notre diététicienne
 et validés par la commission municipale.

JANVIER 2016

[Inscrivez vos enfants avant dimanche 25 décembre]

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
4 JANVIER Salade verte aux noix Lasagne au thon Camembert Compote pomme mirabelle <i>Baguette et confiture</i> Fruit	5 JANVIER Menu bio Petite soupe de carottes au lait de coco Cari Z'œuf Yaourt vanille Banane Antillaise <i>Gaufre / Jus de fruit</i>	6 JANVIER Crêpe au fromage Sauté de veau Petits Pois BIO** Fromage des Pyrénées Fruit <i>Marbré</i> <i>Fromage blanc</i>	7 JANVIER Concombres à la crème Filet de hoki sauce moutarde Chou fleur persillé Fromage blanc Galette des rois <i>Baguette et barre de chocolat</i> Fruit	8 JANVIER Betteraves BIO** Petit salé (roti de dinde / porc) aux lentilles Cantal Fruit <i>Brûlée tranchée</i> Lait
11 JANVIER Carottes râpées Emincé de dinde au jus Ratatouille & Riz Vache qui rit Ananas au sirop <i>Quatre quart</i> fruit	12 JANVIER Salade de pommes de terre Omelette fromage Haricots verts Petit Suisse Fruit <i>Baguette et pâte à tartiner</i> <i>Compote de fruit</i>	13 JANVIER Emincé de chou blanc Cuisse de poulet aux herbes Coquillettes sauce tomate Comté Cocktail de fruits <i>Lunette au chocolat</i> Fruit	14 JANVIER Mousse de canard & cornichon Poisson meunier Julienne de légumes & blé Tome blanche Fruit <i>Beignet</i> Lait	15 JANVIER Salade d'endive sauce au bleu Tajine d'agneau Semoule chevretime Crème dessert chocolat <i>Baguette et confiture</i> <i>Jus de fruit</i>
18 JANVIER Potage Escalope de volaille Pommes duphinées Yaourt aromatisé Fruit <i>Baguette et barre de chocolat</i> Fruit	19 JANVIER Soja & maïs Jambon blanc (jambon de volaille / porc) Gratin de pomme de terre Boursin salade de Fruits fraîche <i>Pain au lait</i> Sirop	20 JANVIER Taboulé Brocolis Brie Fruit <i>Baguette et confiture</i> <i>Compote de fruit</i>	21 JANVIER Salade verte Beurre braisé Carottes et Bouillour Edam Compote pomme madeleine <i>Beignet</i> Lait	22 JANVIER Céleri et carottes Filet de poisson frais selon arrivage Epinards à la crème kiri Far aux pommes <i>Lunettes au chocolat</i> compote
25 JANVIER Macédoine de légumes Blanquette de veau Riz Fromage blanc nature Fruit <i>Gaufre</i> Lait	26 JANVIER Filet de hoki sauce curry Purée de légumes verts Coulommiers Gélatine chocolat <i>Baguette et confiture</i> Fruit	27 JANVIER Concombre vinaigrette Spaghettis bolognaise Mimollette Compote de fruits <i>Baguette et fromage</i> Fruit	28 JANVIER Salade d'endives aux noix Nuggets de poulet Haricots beurre Petit suisse Gâteau de semoule <i>Marbré</i> <i>Jus de fruit</i>	29 JANVIER Potage de légumes Rôti de bœuf Petits pois Cantal Fruit <i>Brûlée tranchée</i> Yaourt

Inscrivez vos enfants et payez

la cantine grâce au

PORTAIL familles



FÉVRIER 2016

[Inscrivez vos enfants avant dimanche 25 janvier 2016]

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
1^{ER} FÉVRIER Salade Potée et ses légumes* Chantenaille Gélatine vanille <i>Baguette et confiture</i> Fruit	2 FÉVRIER Betteraves vinaigrette Boulette de mouton sauce orientale Semoule BIO** Petit suisse Fruit <i>Beignet / lait</i>	3 FÉVRIER Salade Piemontaise Emincé de dinde au jus Purée de céleri Tome blanche Fruit <i>Baguette et beurre</i> <i>Compote de fruits</i>	4 FÉVRIER Crêpe fromage Rôti de veau Carottes au jus Fromage altesse Crêpe de la Chandeleur <i>Gaufre</i> Fruit	5 FÉVRIER Courgettes râpées Lasagne saumon maison Comté Poire au sirop <i>Quatre quart</i> <i>Jus de fruit</i>
8 FÉVRIER Nouvel an Chinois Salade Pékinoise aux crevettes Beignets de Calamar Nouilles sautées Yaourt Brisures d'ananas et coco râpée <i>Galettes bretonnes / Fruit</i>	9 FÉVRIER Potage de légumes Parmentier de canard Babybel emmental Fruit <i>Pain et barre de chocolat</i> Lait	10 FÉVRIER concombre Gigot Haricots verts Brique maubert semoule au caramel <i>Brûlée tranchée</i> Fruit	11 FÉVRIER Mortadelle de volaille & cornichon Filet de poisson frais sauce aux fines herbes Chou fleur et pommes de terre Mini coupe de vache qui rit <i>Gaufre / Yaourt</i> Fruit	12 FÉVRIER Menu bio Tomate Chili con carne riz Fromages blanc fruits banane <i>Baguette et confiture</i> Fruit
15 FÉVRIER Pizza Veau marengo Petits pois Yaourt fermier local Fruit <i>Baguette et pâte à tartiner</i> <i>Compote de fruits</i>	16 FÉVRIER Salade mêlée Steak haché Haricots coco sauce tomate rondele nature Fromage blanc au coulis de fruits rouges <i>Lunette au chocolat</i> Fruit	17 FÉVRIER Menu bio Taboulé Manchon de poulet basquaise Pâtes & ratatouille Fruit Ananas <i>Baguette et fromage</i> <i>Jus</i>	18 FÉVRIER Potage de légumes Gratin d'épinards florentine (avec pommes de terre) Boursin tartine Fruit <i>Beignet</i> lait	19 FÉVRIER Carottes râpées Poêlée de saumon indienne Courgette & riz Gouda BIO** Brownies vanille <i>Pain au lait</i> <i>Brûlée de jus</i>
22 FÉVRIER Potage de légumes Emincé de bœuf Mélange méditerranéen Samos Fruit <i>Brûlée tranchée</i> Lait	23 FÉVRIER Concombres à la crème Filet de poisson blanc Brocolis et pommes de terre compote de pommes <i>Baguette et confiture</i> Fruit	24 FÉVRIER Salade verte vinaigrette Rôti de dinde Spaghettis Fromage des Pyrénées Crème dessert caramel <i>Beignet</i> fruit	25 FÉVRIER Betteraves râpées et pommes fruit Cordon bleu Poêlée maison Fromage blanc Cocktail de fruits <i>Baguette et fromage</i> fruit	26 FÉVRIER Poireaux vinaigrette Fondant de bœuf Purée de pommes de terre maison Leerdammer Fruit <i>Gaufre</i> <i>Jus</i>
29 FÉVRIER Tomates Escalope volaille Printanière de légumes Tome blanche Compote de fruits <i>Baguette et pâte à tartiner</i> Fruit				

* Quand de la viande de porc est inscrite au menu un plat de substitution est systématiquement proposé.



*** Produits biologiques



*** Viande de bœuf issue de la filière nutrition Bleu Blanc Cœur

01 30 69 18 58 - www.trappes.fr