

# Soyons Complices à table !

SEPTEMBRE-OCTOBRE 2015

api



*Tout  
nouveau,  
tout beau !*

API Restauration est ravi de vous présenter sa nouvelle formule du « Soyons Complices à table ».

Vous y trouverez : le menu du restaurant scolaire, des idées recettes, des infos sur la nutrition et sur le développement durable ...

Nous l'avons modernisé pour qu'il trouve encore mieux sa place dans votre maison, dans votre portefeuille, sur le frigo ...

Bonne découverte,

Votre Service Nutrition API Restauration

*Les  
Rencontres  
du Goût  
dans votre  
restaurant*

Voici la 3<sup>ème</sup> édition 2015 / 2016 des Rencontres du Goût - place à la couleur !

Cette année, les « Couleurs de saison » seront au rendez-vous lors de 3 temps forts pendant l'année scolaire : des recettes goûteuses seront préparées par nos Chefs de cuisine pour régaler vos enfants.

Bonnes Rencontres Gourmandes.



*Le pain  
d'épices*

Pour réussir délicieux un pain d'épices maison :

Mélangez 250g de farine, 150g de sucre, 2 cuil. à soupe de miel et 1 cuil à café de bicarbonate de soude diluée dans 1 verre d'eau froide.

Cuisson 1 heure environ à four très doux à 150°C au maximum.

# MENU

Légende des couleurs :

Produit local

Fait maison

Nouveau produit

Entrée à base de viande

SEPTEMBRE 2015

SEPTEMBRE-OCTOBRE 2015

SEPTEMBRE-OCTOBRE 2015

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

DU 1 AU 4

BONNE RENTREE



Taboulé à la mimolette

Aiguillette de poulet suprême  
Duo de courgettes jaunes et vertes  
Pommes de terre rissolées

Fruit de saison

Salade maraichère

Omelette sauce tomates  
Semoule - Ratatouille

Velouté aux fruits

Salade de tomates au basilic

Fricadelle de bœuf forestière  
Petits pois au jus  
Pommes de terre persillées

Fraidou

Céleri rémoulade

Marmite de poisson à l'espagnole  
Riz créole

Clafoutis aux abricots

DU 7 AU 11

Cocktail multifruits de la rentrée

Carottes râpées  
Saucisse de Strasbourg—ketchup  
Frites

Ile flottante

Salade milanaise

Chili con carne  
Riz pilaf

Saint-Paulin

Salade de tomates mozzarella

Sauté de dinde orloff  
Poêlée de légumes  
Pommes de terre noisettes

Liégeois vanille

Concombres vinaigrette

Carbonara de volaille  
Coquillettes  
Emmental râpé

Yaourt nature sucré

Pizza napolitaine

Pavé de hoki dieppoise  
Bâtonnière de légumes  
Pommes de terre vapeur

Fruit de saison

DU 14 AU 18

Macédoine de légumes

Nugget's de poulet  
Sauce italienne  
Torsades-Emmental râpé

Compote de pommes

Carottes à l'édam

Sauté de veau à l'ancienne  
Mat: haché de veau  
Haricots verts aux oignons  
Pommes de terre à la ciboulette

Fruit de saison

Salade dauphinoise

Picadillo Mexicain  
Riz créole

Samos

Salade fromagère

Rôti de porc fumé  
Gratin dauphinois

Crème dessert chocolat

Salade fraîcheur

Filet de poisson pané  
Piperade Basquaise  
Semoule

Flan pâtissier

DU 21 AU 25

Betteraves rouges vinaigrette

Escalope de porc barbecue  
Trio de légumes  
Pommes de terre rissolées

Kiri

Duo de concombres et tomates

Émincé de poulet aux poivrons  
Cœur de blé

Liégeois vanille

Salade Mexicaine

Carbonnade flamande  
Frites

Mousse au chocolat

Salade montana

Hachis Parmentier

Gouda à la coupe

Tartine alsacienne

Filet de colin à la crème  
Riz aux petits légumes

Fruit de saison

DU 28 AU 2

Velouté de chou-fleur

Cordon bleu de volaille  
Carottes et  
pommes de terre à la crème

Yaourt brassé aux fruits

Salade de tomates vinaigrette

Sauté de bœuf mironton  
Mat:steak haché  
Penne régata-Emmental râpé

Fruit de saison

Salade Poitou-Charentes

Rôti de dinde soubise  
Riz sauvage

Yaourt nature sucré

Cassoulet  
Saucisses, saucisson

Lingots du Nord

Pommes de terre vapeur

Petit moulé

Fruit de saison

Céleri rémoulade

Dos de lieu à la tomate  
Ratatouille—Semoule

Gâteau des îles

DU 5 AU 9

Velouté de légumes

Chipolatas Dijonnaise  
Pommes de terre campagnardes

Emmental à la coupe

Salade coleslow

Waterzoï de volaille et ses légumes  
Riz

Flan vanille

Salade madrilène

Haché de veau à l'échalote  
Haricots beurre  
Pommes de terre country

Mousse au chocolat

Salade mimosa

Bolognaise

Macaronis emmental râpé

Compote pommes mirabelles

Tarte au fromage

Filet de poisson meunière  
Épinards à la crème de vache qui rit  
Pommes de terre persillées

Fruit de saison

DU 12 AU 16

Rencontre du goût  
« Menu couleur orange »  
Carottes râpées à l'orange

Paupiette de veau paprika  
Purée de potiron

Chamonix et clémentine

Soupe de tomates

Rôti de porc à la méditerranéenne

Coquillettes emmental râpé

Yaourt nature sucré

Salade de haricots verts au maïs

Gratin de pommes de terre et volaille  
au Cheddar

Salade

Fruit de saison

Mortadelle et cornichons

Bouchée de poulet chasseur  
Demi tomate gratinée  
Pommes de terre forestine

Yaourt aromatisé

Betteraves râpées

Fricassée de colin crustacés  
Riz pilaf

Gâteau à la châtaigne