



LE MENU DES ÉCOLIERS EN FÉVRIER 2020

Pour la santé des enfants,
Beauvais s'engage !

LES PROPOSITIONS VIF POUR LE SOIR



	> Entrée	> Plat	> Fromage / Dessert
Lun 3	Sauté de dinde / Cocos soubises	Sauté de dinde / Cocos soubises	Emmental / Orange
Mar 4	Salade aux pépites de pois cassés et courgettes	Saucisses de Strasbourg* Frites	Yaourt nature sucré
Mer 5	Potage de légumes	Spaghettis bolognaise	Poire Williams
Jeu 6	Menu alternatif :		
	Concombre au paprika	Riz aux amandes Épinards au beurre	Ile gourmande au chocolat
Ven 7	Salade de cœurs de blé et palmier vinaigrette	Filet de colin meunière Ratatouille à la provençale	Flan nature
Lun 10	Steak haché grillé / Coquillettes au beurre		Gouda / Pomme
Mar 11	Menu à thème : Les légumes anciens		
Mer 12	Salade du pêcheur	Sauté de veau aux carottes	Yaourt aux myrtilles
Jeu 13	Salade coleslaw	Filet de hoki sauce dijonnaise Boulgour safrané	Coupe de fruits du verger
Ven 14	Menu alternatif :		
	Betteraves rouges à la vinaigrette	Lasagnes de légumes	Brownies / Crème anglaise
Lun 17	Émincé de bœuf bourguignon Estouffade de pommes de terre et carottes		Camembert / Orange
Mar 18	Menu alternatif :		
	Salade composée	Quiche aux 3 fromages Galettes de brocolis	Compote de pomme
Mer 19	Salade Californie	Blanquette d'agneau Haricots grains panachés	Fromage blanc à la fraise
Jeu 20	Salade de maïs à la vinaigrette	Filet de poulet sauce aigre douce / Printanière de légumes	Gâteau basque
Ven 21	Laitue à la vinaigrette	Brandade de morue au gratin	Crème dessert vanille
Lun 24	Menu alternatif :		
	Couscous et légumes		Édam / Coupe de d'ananas au sirop
Mar 25	Crêpe aux champignons	Escalope de poulet vallée d'Auge Haricots verts	Petits suisses nature
Mer 26	Potage légumes tomates	Hachis parmentier	Fruit de saison
Jeu 27	Carottes râpées à la vinaigrette	Cheeseburger Frites / Ketchup	Doony's chocolat
Ven 28	Chou rouge aux pommes et noix	Merlu à l'anglaise Riz piémontais	Fruit de saison

	> Entrée	> Plat	> Fromage / Dessert
Lun 3	Potage de légumes	Crumbles courgettes boursin	Compote de fruits
Mar 4	Avocat	Chou rouge aux lardons	Gâteau 4/4
Mer 5	Salade de pâtes au surimi	Julienne de légumes aux fèves	Panna cotta aux fruits rouges
Jeu 6	Salade iceberg	Croque-monsieur	Brochette de fruits
Ven 7	Potage carottes poireaux	Gratin de pommes de terre et fenouil	Faisselle
Lun 10	Salade de chèvre chaud	Céréales gourmandes	Salade de fruits frais
Mar 11	Salade d'endives aux noix	Raviolis au chèvre	Compote
Mer 12	Potage lentilles corail	Polenta au parmesan	Sorbet poire
Jeu 13	Mâche à la vinaigrette	Tarte champignons et oignons	Far breton
Ven 14	Potage aux vermicelles	Gratin de chou-fleur	Pruneaux au jus
Lun 17	Endives roulées au jambon		Pêches au sirop
Mar 18	Potage potimarron	Chilicon (sans carné)	Clémentines
Mer 19	Frisée à la vinaigrette	Soufflé d'épinards	Banane flambée
Jeu 20	Poireaux vinaigrette	Coquillettes sauce tomate	Bavarois aux poires
Ven 21	Quiche aux légumes du sud		Méli-mélo orange pomelos
Lun 24	Salade de concombres	Tarte aux poireaux	kiwi
Mar 25	Laitue à la vinaigrette	Quiche saumon et épinards	Pomme au four
Mer 26	Houmous	Tagliatelles de légumes (carottes, courgettes)	Entremets praliné et madeleines
Jeu 27	Potage courgettes	Haricots plats d'Espagne et pommes de terre	Fromage blanc
Ven 28	Iceberg à la vinaigrette	Galette de sarrasin	Glace caramel beurre salé

LÉGENDE :

: recette UPC

: issu de l'agriculture biologique

: produit locaux

: viande d'origine française

* : menu de substitution



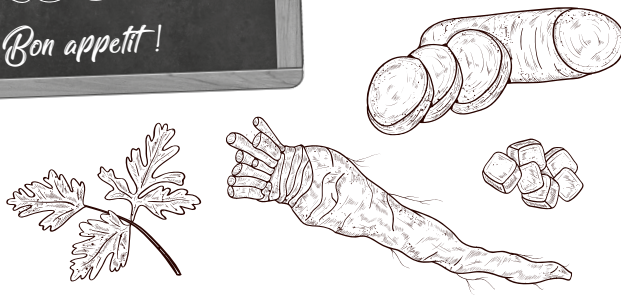
L'UPC se réserve le droit de modifier le menu en cas de grève, de non conformité de livraison ou d'incident de fabrication.

Fruit frais en fonction de l'arrivée

Pour tous renseignements : upc@beauvais.fr

Février

Menu à thème du février 2020



Salade Californie

Ingrédients pour 4 personnes :

1 filet de dinde
1 petite boîte de maïs en grains
100 g de petits pois cuits (frais ou surgelé 1 petite boîte)
Quelques lamelles de poivrons rouge
Un peu de persil coupé
1 échalote
Sauce vinaigrette au choix

Préparation :

Faire cuire le filet de dinde, puis le couper en dés
Laver et égoutter les petits pois et le maïs.
Dans un saladier, mettre les petits pois et le maïs.
couper le poivron rouge en petits dés en ôtant les grains.
Emincer et ajouter l'échalote, ajouter les dés de dinde.
Faire une vinaigrette avec de l'huile de colza, du vinaigre balsamique, du poivre, un peu du sel ou de la moutarde.
Mélanger le tout, couper le persil sur le dessus du la
préparation avant de servir.

Bon appétit !