

RESTAURANT SCOLAIRE DE GIGNAC

Du 02 decembre au 03 janvier

	Du 02 au 06 decembre	Du 09 au 13decembre	Du 16 au 20 decembre	Du 30 au 03 janvier
LUNDI	Carottes râpées Spaghetti bolognaise Camembert Fruit	Salade de lentilles Semoule de couscous Poêlée de légumes Emmental Fruit	Céleri rémoulade Hachis parmentier Yaourt sucré Fruit	Pamplemousse Filet de colin sauce hollandaise & Gratin de macaroni Yaourt & Compote
MARDI	Salade verte Pilons de poulet rôtis Petits pois Petit suisse Mousse au chocolat	Velouté de courge Beignets de calamar Riz safrané Yaourt Fruit	Œuf mimosa Chili végétarien Brie Fruit	Houmous et pain grillé Quiche aux poireaux et salade verte Camembert Fruit
MERCREDI	Friand Dahl de lentilles Vache qui rit Fruit	Avocat mayonnaise Saucisse grillée Purée de pommes de terre Brie Compote	Carottes râpées Filet de merlu meunière Riz pilaf Vache qui rit Poire au sirop	
JEUDI	Bouillon de vermicelles Rôti de veau Duo de carottes Emmental Fruit	Salade de mâche Rôti de bœuf Gratin de chou-fleur Petit suisse Tarte aux pommes	Bouillon de vermicelles Blanquette de veau Et ses légumes Fromage blanc A la crème de marrons	Betteraves lanières Bœuf bourguignon Pommes vapeur Emmental Fruit
VENDREDI	Cèleri rave Dos de colin Riz Fromage blanc Au coulis de fruits rouges	Pâté de campagne Gratin de poisson Coquillettes Chanteneige Fruit	Salade verte escalope de volaille Pomme noisette yaourt Clémentine	Surimi Omelette aux pommes de terre Écrasé de potiron (*) Crème dessert Biscuit

RECETTE DU



CHEF!

Pour 4 personnes :

-Ingrédients :

- 4 Filets de colin
- 2 jaunes d'œufs
- 60g de beurre fondu
- Jus d'un demi-citron
- Sel et poivre
- Court-bouillon pour la cuisson

Étapes :

1. Cuisson des filets de colin :

Plongez les filets de colin dans un court-bouillon frémissant et laissez cuire environ 15 minutes. Égouttez-les délicatement une fois cuits.

2. Préparation de la sauce :

Dans un saladier, mélangez les jaunes d'œufs, le beurre fondu, le jus de citron, le sel et le poivre.

3. Cuisson de la sauce :

Faites chauffer la préparation à feu doux pendant environ 5 minutes tout en remuant constamment, jusqu'à ce que la sauce épaississe légèrement.

4. Service :

Disposez les filets de colin dans une assiette et nappez-les généreusement de sauce.

Servez immédiatement.

JE REPERE LES LOGOS



RECETTE DU CHEF

PLAT VEGE



A LA COUPE

JE COMPREND LES COULEURS

PRODUIT LAITIER

LEGUMES ou FRUIT

PLAT PROTIDIQUES

DESSERT