

**Mairie de Saint-Herblain**  
Direction de l'éducation  
Service vie des écoles



# MENUS SELFS

## GALETTE DES ROIS A LA FRANGIPANE

Pour 6 personnes, il faut :

2 paquets de pâte feuilletée prête à étaler

2 œufs

140 grammes de poudre d'amande

110 grammes de beurre

110 grammes de sucre

1 cuillerée à café de farine

1 fève

**1** - dans un saladier, coupe le beurre en morceaux.

Verse le sucre et mélange.

**2** - ajoute les œufs, la poudre d'amande et la farine.

Tourne pour obtenir une crème.

**3** - beurre la plaque du four. Déroule la première pâte feuilletée et recouvre-la de crème d'amande sans aller jusqu'au bord. Cache la fève.

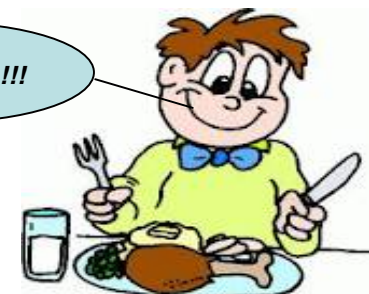
**4** - pose par-dessus la seconde pâte et appuie bien tout autour.

Demande à un adulte d'allumer le four, thermostat 7.


Fais cuire la galette 30 minutes.

**Du 2 Janvier au 10 Février 2012**

**Bon appétit !!!**



**NB : Les menus peuvent être modifiés en raison des variations d'effectifs et des approvisionnements**

	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
<b>2 au 6 Janvier 2012</b>	<b>Vacances</b>	Céréales BIO surimi <b>ou</b> Pommes de terre tomate maïs Poisson pané <b>ou</b> Filet meunière Mousseline de brocolis <b>ou</b> Courgettes en gratin Fromage des Pyrénées <b>ou</b> Saint Nectaire Fruit	Cœur de palmier Spaghettis bolognaise (bœuf BIO) Fromage de chèvre Fruit	Chou blanc <b>ou</b> Radis beurre Bourguignon (bœuf BIO) <b>ou</b> Rôti de bœuf BIO Carottes Vichy <b>ou</b> Haricots beurre Petit suisse sucré <b>ou</b> petit suisse aux fruits Galette « Anne de Bretagne »	Rillettes de sardine « maison » <b>ou</b> Maquereaux aux aromates Lapin à la provençale <b>ou</b> Paupiette de dinde Pommes de terre et épinards <b>ou</b> Jardinière de légumes Fromage frais nature <b>ou</b> Fromage ail et fines herbes Fruit BIO
Goûter		<i>Crème chocolat</i>		<i>Fruit</i>	<i>Compote - Biscuit</i>
<b>9 au 13 janvier 2012</b>	Salade de pâtes 3 couleurs <b>ou</b> Taboulé Pot aux feu (bœuf BIO) Légumes de pot au feu Mimolette <b>ou</b> Tomme blanche Fruit	Pamplemousse <b>ou</b> Carottes râpées Gratin de poisson <b>ou</b> Colin sauce hollandaise Pommes de terre vapeur <b>ou</b> Riz Emmental BIO Compote pomme cassis <b>ou</b> Cocktail de fruits	Mâche milanette Rôti de veau Ratatouille Petit suisse sucré Galette briochée	Soja et maïs <b>ou</b> Poireaux et tomate Poulet rôti <b>ou</b> Sauté de canard aux olives Frites et salade Crème de Brebis <b>ou</b> Crème de gruyère Fruit	Endives aux noix <b>ou</b> Avocat Chipolata <b>ou</b> Palette ½ sel <b>ou</b> Chipolata de dinde Julienne de légumes <b>ou</b> Fondue de chou Yaourt aux fruits mixés <b>ou</b> Crème dessert vanille Langue de chat <b>ou</b> Événails
Goûter	<i>Pain – Beurre – Chocolat</i>	<i>Banane</i>		<i>Compote – Biscuit</i>	<i>Pain – Vache qui rit</i>
<b>16 au 20 janvier 2012</b>	Salade verte emmental <b>ou</b> Concombre à la crème Sauté d'agneau <b>ou</b> Œufs pochés sauce tomate Semoule couscous <b>ou</b> Coquillettes Saint Paulin <b>ou</b> Gouda Abricots au sirop <b>ou</b> Compote pomme fraises	Pizza <b>ou</b> Quiche au fromage Rôti de porc <b>ou</b> Sauté de porc au curry <b>ou</b> Paupiettes de veau Petits pois <b>ou</b> Céleri en cube Yaourt BIO <b>ou</b> Fromage blanc Fruit BIO	Chou rouge Émincé de dinde aigre douce Céréales BIO Saint Nectaire Cubes de poire sauce chocolat	Radis beurre <b>ou</b> Betteraves râpées Filet meunière <b>ou</b> Poisson pané Courgettes en gratin <b>ou</b> Épinards à la crème Entremets pistache <b>ou</b> Crème chocolat Moelleux chocolat <b>ou</b> Roulé à l'abricot	Salade Barima <b>ou</b> Haricots verts vinaigrette Steak haché BIO <b>ou</b> Bœuf BIO braisé Purée <b>ou</b> Blé BIO Fourme d'Ambert <b>ou</b> Fromage des Pyrénées Fruit
Goûter	<i>Fruit</i>	<i>Compote – Biscuit</i>		<i>Pain – Beurre – Fromage</i>	<i>Crème vanille</i>
<b>23 au 27 janvier 2012</b>	Saucisson à l'ail <b>ou</b> Pâté de campagne ou Terrine de volaille Filet sauce beurre blanc <b>ou</b> Colin sauce petits légumes Jardinière de légumes <b>ou</b> Pommes de terre et carottes Camembert BIO/Fruit	Céleri rémoulade <b>ou</b> Pamplemousse Rôti de dinde <b>ou</b> Lapin sauce chasseur Pâtes 3 couleurs <b>ou</b> Gratin dauphinois Comté <b>ou</b> Mimolette Compote pomme banane <b>ou</b> Cubes de pêche	Croisillon au fromage Steak BIO Haricots beurre Semoule au lait vanille Fruit	Salade picarde <b>ou</b> Soja et maïs Jambon fumé <b>ou</b> Crêpinette <b>ou</b> Jambon de dinde Lentilles BIO <b>ou</b> Haricots blancs BIO Cantal <b>ou</b> Edam Fruit	Avocat <b>ou</b> Salade parisienne Sauté de veau Marengo <b>ou</b> Rôti de veau Mousseline de poireaux <b>ou</b> Brocolis Petit suisse aux fruits <b>ou</b> Yaourt aux fruits mixés Flan nature <b>ou</b> quatre quarts
Goûter	<i>Pain – Beurre – Chocolat</i>	<i>Fruit</i>		<i>Compote – Biscuit</i>	<i>Pain – Vache qui rit</i>
<b>30 Janvier au 3 Février 2012</b>	Radis beurre <b>ou</b> Chou blanc Rôti de bœuf BIO <b>ou</b> Bourguignon (bœuf BIO) Pommes noisettes et salade Gouda <b>ou</b> Saint Paulin Ananas au sirop <b>ou</b> Compote de pommes	Pommes de terre et thon <b>ou</b> Céréales BIO radis et milanette Sauté de canard sauce crème <b>ou</b> Blanquette de dinde Haricots verts <b>ou</b> Carottes Vichy Crème dessert chocolat <b>ou</b> Yaourt BIO Fruit	Concombre vinaigrette Filet sauce beurre rouge Riz Fromage blanc Cocktail de fruits	Carottes râpées <b>ou</b> Endives aux noix Sauté de porc <b>ou</b> Rôti de porc <b>ou</b> Steak haché BIO Salsifis <b>ou</b> Choux de Bruxelles en gratin Crème de gruyère <b>ou</b> Fromage frais nature Crêpes confiture <b>CHANDELEUR</b> 	Poireaux et tomate <b>ou</b> Chou fleur vinaigrette Spaghettis carbonara <b>ou</b> carbonara de dinde Crème vanille <b>ou</b> Mousse au chocolat Fruit BIO
Goûter	<i>Crème chocolat</i>	<i>Pain Beurre fromage</i>		<i>fruits</i>	<i>Pain – Beurre chocolat</i>
<b>6 au 10 février 2012</b>	Betteraves râpées <b>ou</b> Salade verte emmental Sauté de poulet aux raisins <b>ou</b> Blanc de poulet sauce suprême Mousseline de céleri <b>ou</b> Julienne de légumes Crème anglaise <b>ou</b> Petit suisse aux fruits Pudding <b>ou</b> Tourteau au fromage blanc	Artichaut et tomate <b>ou</b> Salade Barima Goulash (bœuf BIO) <b>ou</b> Steak haché BIO Céréales BIO <b>ou</b> Farfalles Fromage ail et fines herbes <b>ou</b> Fromage à la crème Fruit	Avocat Côte de porc sauce charcutière <b>ou</b> Escalope de dinde Chou fleur en gratin Coulommiers Eclair au chocolat	Croisillon au fromage <b>ou</b> Pizza Omelette <b>ou</b> Merguez Ratatouille <b>ou</b> Purée crécy Saint Nectaire <b>ou</b> Fromage de chèvre Fruit	Chou rouge <b>ou</b> Pamplemousse Colin sauce citron <b>ou</b> Filet sauce crevettes Pommes de terre vapeur <b>ou</b> Semoule Emmental BIO Compote de poires <b>ou</b> Abricots au sirop
Goûter	<i>Fruit</i>	<i>Pain – Beurre - Chocolat</i>		<i>Compote - Biscuit</i>	<i>Banane</i>