

# 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 un délicieux pain d'épices maison :

Dans un saladier, mélanger 250g de farine avec 1 sachet de levure chimique, 100g de sucre en poudre, 1 cuillère à café d'épices à pain d'épices, 100ml de lait, 2 œufs, et 250g de miel liquide qui aura été tiédi quelques minutes à feux doux.

Verser dans un moule à cake beurré et fariné et enfourner 1h environ à 160°C. Démouler quand il est bien refroidi.

Menus du 1er Septembre  
au 16 Octobre

Produit local

Fait maison

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

DU  
1  
AU  
4

TOMATES (locales) VINAIGRETTE

MEDAILLON DE SURIMI MAYONNAISE

CONCOMBRES (locaux) BULGARE

TABOULE "MAISON"

FILET DE POULET AU JUS

SAUTE DE PORC (VPF)  
A LA MOUTARDE

LIEU SAUCE HOLLANDAISE

BŒUF BOURGUIGNON (VBF, local)

POTATOES ET SAUCE AMERICAINE

PENNES

COURGETTES ET POMMES DE TERRE  
(locales) EN GRATIN

ET CAROTTES BRAISEES (locales)

PETIT COTENTIN

CAMEMBERT

PETIT SUISSE SUCRE

SAINT NECTAIRE (à la coupe)

FLAN NAPPE CAMEL

FRUIT DE SAISON

CAKE "MAISON" AUX PEPITES DE  
CHOCOLAT

FRUIT DE SAISON

DU  
7  
AU  
11

SALADE PIEMONTAISE (pdt locales)

CAROTTES RAPEES (locales)  
PERSILLEES

BETTERAVES ROUGES VINAIGRETTE

MELON

QUICHE LORRAINE "MAISON"

AIGUILLETES DE VOLAILLE A LA  
CREMERÔTI DE PORC (VPF) SAUCE  
PROVENCALE

ŒUF DUR A LA FLORENTINE

SPAGHETTIS A LA BOLOGNAISE

FILET DE HOKI SAUCE AU CITRON

PETITS POIS

SEMOULE

ET POMMES DE TERRE (locales)

ET FROMAGE RÂPE

CHOUX FLEURS ET POMMES DE  
TERRE (locales) BECHAMEL

PYRENEES

CARRE FONDU

FROMAGE

PETIT MOULE AIL ET FINES HERBES

BRIE (à la coupe)

FLAN VANILLE

FRUIT DE SAISON

PÊCHE AU SIROP

FROMAGE BLANC AROMATISE

POMME (locale)

sept  
-15DU  
14  
AU  
18

CHOU BLANC (local) VINAIGRETTE

PÂTE DE CAMPAGNE ET CORNICHONS

SALADE MÊLEE

CAROTTES RÂPEES (locales)  
VINAIGRETTE A LA MOUTARDE DE  
REIMSMACEDOINE DE LEGUMES  
MAYONNAISE

SAUTE DE PORC (VPF) AU CURRY

FILET DE POISSON MEUNIÈRE

RÔTI DE DINDE SAUCE FORESTIERE

SAUTE DE BŒUF (VBF, local) AU CIDRE  
DES ARDENNES

OMELETTE AU FROMAGE

RIZ PILAF

PRINTANIERE DE LEGUMES

POMMES DE TERRE (locales)  
PERSILLEES

LENTILLONS DE CHAMPAGNE

PÂTES

YAOURT SUCRE

COULOMMIERS

FROMAGE FONDU

CHAOURCE (à la coupe)

MIMOLETTE

FRUIT DE SAISON

COMPOTE POMMES - ABRICOTS

LAITAGE

TARTE "MAISON" AU QUEMEU AUX  
POIRES

FRUIT DE SAISON

DU  
21  
AU  
25

SALADE DE PÂTES AUX POIVRONS

SALADE COLESLAW

SALADE COMPOSEE

BETTERAVES ROUGES AUX POMMES

RADIS ET BEURRE

HAUT DE CUISSE DE POULET RÔTI

RÔTI DE BŒUF (VBF)

BOULETTES D'AGNEAU SAUCE AU  
PAPRIKAEMINCE DE PORC (VPF, local) A LA  
DIJONNAISE

MARMITE DE POISSON

HARICOTS VERTS PERSILLES

FRITES ET KETCHUP

BOULGOUR AUX PETITS LEGUMES

PUREE DE CELERI

EPINARDS A LA CREME ET RIZ CREOLE

VACHE QUI RIT

EDAM

FROMAGE

CAMEMBERT

FROMAGE FRAIS

ABRICOTS AU SIROP

YAOURT AUX FRUITS MIXES

CREME DESSERT CAMEL

RAISIN

Anniversaire du mois:  
GÂTEAU "MAISON" AU CHOCOLATDU  
28  
AU  
2

HARICOTS BEURRE A L'ECHALOTE

CELERI RAPE REMOULADE

SALADE AU SURIMI

CAKE "MAISON" A L'EMMENTAL

CAROTTES RÂPEES (locales)  
VINAIGRETTETORTELLINIS DE BŒUF  
SAUCE TOMATE

POISSON PANE

GRATIN DE PÂTES AU JAMBON

EMINCE DE POULET (local) SAUCE  
SUPREMEGOULASH DE BŒUF (VBF, local) A LA  
HONGROISE

GOUDA

BUCHETTE DE LAIT MELANGE

FRAIDOU

CARRE FONDU

FROMAGE AIL ET FINES HERBES

FRUIT DE SAISON

MOUSSE AU CHOCOLAT

MIRABELLES AU SIROP

BANANE

FROMAGE BLANC A LA RHUBARBE  
D'ALSACE ET POMMESsept  
-  
octo  
15DU  
12  
AU  
16

SALADE DE RIZ AU THON

SALADE AUTOMNALE (batavia,  
croûtons et vinaigrette  
au potimarron)

POTAGE DE LEGUMES "MAISON"

CONCOMBRES VINAIGRETTE

SAUCISSON SEC ET CORNICHONS

AIGUILLETES DE VOLAILLE AUX FINES  
HERBES

BŒUF BRAISE AU JUS

CROQUETTES DE POISSON

OMELETTE NATURE A L'ESPAGNOLE

BRANDADE DE POISSON "MAISON"

CAROTTES VICHY

PÂTES

DUO DE COURGETTES

ET POMMES DE TERRE RISSOLEES

SALADE VERTE

DELICE A L'EMMENTAL

EDAM

FROMAGE

PETIT SUISSE AROMATISE

TARTARE AIL ET FINES HERBES

POIRE (locale)

FLAN CHOCOLAT

GÂTEAU DE SEMOULE

CRUMBLE DE BISCUITS ROSES AUX  
POMMES

FRUIT DE SAISON

BETTERAVES ROUGES VINAIGRETTE

RADIS NOIR REMOULADE

PATE DE CAMPAGNE ET CORNICHONS

Menus des Rencontres du goût  
VELOUTE DE PATATES DOUCES

SALADE DE PÂTES VINAIGRETTE

SAUCISSE A LA TOMME DES  
ARDENNES (locale)

DOS DE COLIN SAUCE VERTE

STEAK HACHE (VBF) SAUCE BRUNE

FILET DE POULET (local) AU CURRY

MIJOTE DE BŒUF (VBF) FACON  
STROGONOFF

HARICOTS BLANCS

RIZ AUX PETITS LEGUMES

PETITS POIS

PUREE DE POTIRON

HARICOTS VERTS

CARRE FONDU

COULOMMIERS

FROMAGE

MIMOLETTE

FROMAGE FRAIS

COMPOTE POMMES - BANANES

FROMAGE BLANC SUCRE

COCKTAIL DE FRUITS AU SIROP

Anniversaire du mois:  
GATEAU "MAISON" AUX CAROTTES

POMME (locale)