

## Menus ÉCOUEN

Janvier - Février 2024



### ÉDITO

Nous vous souhaitons une bonne année 2024 !

Pour affronter l'hiver, il faut s'assurer de couvrir les besoins de vos enfants en vitamines et de bien les hydrater. C'est pourquoi, nos chefs ont élaboré des menus pour les mois de janvier et février riches en fruits et légumes.

Cette nouvelle période sera également marquée par 3 grands moments festifs : La fête de "La galette des rois" en janvier, mais aussi "Vive les crêpes" et la nouvelle animation qui célèbre "La Saint-Valentin" en février.



Bon appétit !



### SoHappy

L'application de la restauration scolaire pour les familles !

Consultez les menus, actualités et recettes

Téléchargez l'app

Disponible sur les stores



ou sur [www.so-happy.fr](http://www.so-happy.fr)



### Du 1<sup>er</sup> au 5 janvier 2024

### VACANCES SCOLAIRES

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 1 <sup>er</sup>	<b>FÉRIÉ</b>					
Mar. 2	Salade tomate et maïs	Sauté de bœuf ● Sauce paprika-persil	Petits pois	Yaourt ● aromatisé	Fruit ●	Boulettes de bœuf & mouton sauce paprika Purée de courge/ butternut Fromage blanc et crème de marron
Mer. 3	Salade verte ●	Saucisse de volaille façon chipolata	Pomme de terre persillée	Fromage frais Carré frais	Crème dessert au caramel	Wrap mexicain au poulet et haricots rouges Salade de fruits d'hiver
Jeu. 4	Betteraves	Rôti de dinde ● à la diable (jus de veau, oignon, persil, moutarde, ail)	Tortis	Emmental	Fruit ●	Sauté de veau au curry et riz Liégeois au chocolat
Ven. 5	<b>MENU VÉGÉTARIEN</b>					
	Radis beurre	Dahl lentille et carotte	Riz ●	Petit fromage frais sucré	Chou à la crème ●	Wok de poisson blanc, légumes et vermicelle de riz au curry / Banane sauce chocolat

### Du 8 au 12 janvier 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 8	Haricot vert à l'échalote	Médailon de merlu sauce curry	Semoule ●	Petit fromage blanc aux fruits	Fruit ●	Sauté de bœuf sauce champignon Coquillettes Kiwi
Mar. 9	Pomelos et sucre	Chili sin carne (haricot rouge, œuf, oignon, emmental, légumes ratatouille)	Riz ●	Cantal ●	Dessert lacté gélifié saveur chocolat	Pizza margherita Salade de mâche Fromage blanc nature et sucre
Mer. 10	Salade de pomme de terre Vinaigrette à l'échalote	Sauté de bœuf ● sauce façon orientale (épices, oignon rouge, tomate)	Jardinière de légumes (carotte, p. pois, haricot vert, navet)	Camembert	Fruit ●	Pavé de saumon Gratin d'épinard Pomme au four glace vanille
Jeu. 11	Velouté de lentille corail et lait de coco	Jambon blanc ●* Jambon de dinde ●	Coquille semi-complète ●	Fromage frais Saint-Môret	Fruit	Risotto au poulet, poireau et parmesan Compote de fruit
Ven. 12	<b>GALETTE DES ROIS</b>					
	Chou rouge ●	Parmentier colin d'Alaska Purée de carotte	Yaourt nature (Ferme de Sigy) ●	Galette des Rois ●		Spaghettis à la bolognaise et emmental râpé Pomme et carré de chocolat

### Du 15 au 19 janvier 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 15	<b>MENU VÉGÉTARIEN</b>					
	Œufs durs mayonnaise	Chili sin carne (haricot rouge, œuf, oignon, emmental, légumes ratatouille)	Riz ●	Pont l'Evêque ●	Dessert lacté gélifié au chocolat	Quiche au thon et poireau Liégeois saveur café
Mar. 16	Salade de betterave rouge Vinaigrette au miel et moutarde à l'ancienne	Cuisse de poulet rôti ● et son jus	Blé ●	Fromage blanc ●	Fruit	Rumsteack sauce tartare Brocoli et pomme de terre Mangue
Mer. 17	Carotte ● Vinaigrette	Tajine de légumes et mouton	Semoule ●	Yaourt aromatisé ●	Banane Sauce au caramel	Carré de porc sauce au miel Duo d'haricot vert et petit beurre Semoule au lait
Jeu. 18	<b>MENU VÉGÉTARIEN</b>					
	Céleri ● rémoulade	Pané au gouda	Pommes de terre quartier avec peau	Fromage frais Petit Cotentin	Smoothie pomme cranberry yaourt ●	Chili con carne à la moutarde Salade verte Petit-suisse aromatisé
Ven. 19	Coquillettes ● au pesto	Émincé de saumon Sauce à l'oseille	Purée de brocoli et pomme de terre	Pointe de brie	Fruit ●	Gnocchis au champignon et aiguillettes de poulet Yaourt nature et confiture

### Du 22 au 26 janvier 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 22	Potage de légumes variés (carotte, pdt, poireau, chou-fleur, céleri, h. vert, petit pois)	Dés de poisson sauce basilic	Riz ●	Fromage frais Tartare nature	Fromage blanc ● sucré différemment : Miel	Galettes bretonnes au jambon de dinde Ananas
Mar. 23	Salade verte ● Vinaigrette	Pâtes courge butternut, carotte, brebis, ricotta, emmenta		Yaourt nature sucré (Ferme de Sigy) ●	Fruit ●	Rôti de porc à la moutarde Gratin de chou-fleur Compote de pomme et poire
Mer. 24	Macédoine Vinaigrette	Aiguillettes de poulet sauce végétale champignon crémée	Boullgour ●	Coulommiers	Fruit	Hachis parmentier de canard Yaourt aromatisé
Jeu. 25	Émincé de chou blanc ● et vinaigrette moutarde	Nuggets à l'emmental	Purée de courgette et pomme de terre	Petit fromage frais aux fruits	Brownie mexicain (à base de haricot)	Dahl épinard et lentille corail Banane rôtie au four
Ven. 26	<b>LES PAS PAREILLES - DUO DE SAVEURS</b>					
	Carotte râpée ● Vinaigrette à l'huile d'olive colza citron	Rôti de porc* au jus ● Rôti de dinde ● au jus	Lentilles mijotées ●	Emmental	Compote de pomme et pomme saveur vanille ●	Bœuf bourguignon Carotte et petit pois Ile flottante