

Menus du 19 au 23 octobre

Légende :



PRODUIT
BIO



PRODUIT
RÉGIONAL



CUISINES
PAR NOS
CHEFS



PRODUIT
LABELLISÉ



PRODUIT
PÊCHE
DURABLE

Lundi 19 octobre

Chou fleur CE2
façon cocktail



Égrené de boeuf
Sauce façon ladolemono



Gnocchis sarde



Tomme blanche

Fruit de saison

Mardi 20 octobre

Taboulé (semoule BIO)



Beignet de calamars
à la romaine
Citron

Haricots beurre à l'échalote



Bûchette de chèvre



Flan vanille

Mercredi 21 octobre

DÉCOUVERTE DE L'Auvergne

Salade verte et vinaigrette

Jambon blanc

Truffade

Suisse fruité

**Compote pommes
BIO myrtilles du chef**



Jeudi 22 octobre

Quiche carotte emmental
du chef



Rôti de dinde
Sauce façon yassa



Petits pois CE2
à l'anglaise



Yaourt aromatisé

Fruit de saison

Vendredi 23 octobre

Cap sur l'Italie

Potage céleri
et pommes de terre
façon Minestrone



Lasagnes
de légumes



Fromage blanc
et copeaux de chocolat
façon stracciatella



Nos viandes de bœuf, veau, porc, volaille sont garanties origine France

VIENS LIRE TA BD



Ce midi, on vous fait découvrir

api

api

L'Auvergne



MERCREDI

21 octobre

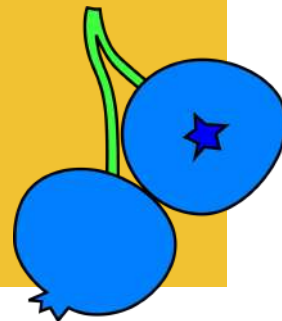


SALADE VERTE ET VINAIGRETTE

**JAMBON BLANC
TRUFFADE**

SUISSE FRUITÉ

**COMPOTE POMMES
BIO MYRTILLES DU CHEF**

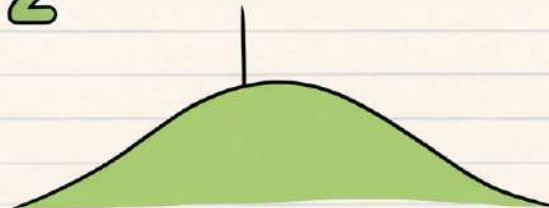


APPRENDS PAS À PAS À DESSINER LE PUY DE DÔME

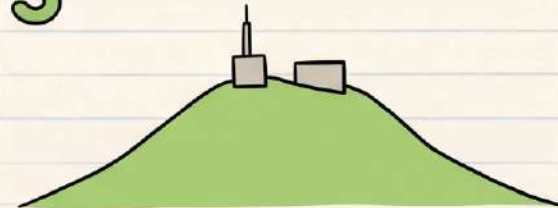
1



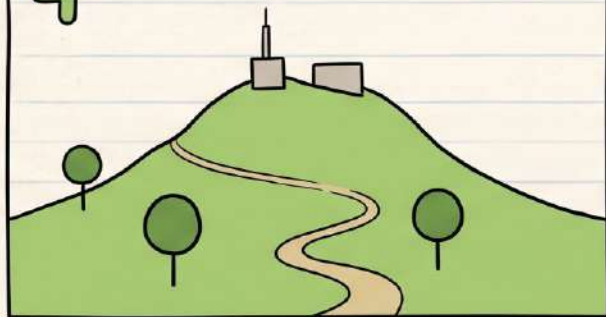
2



3



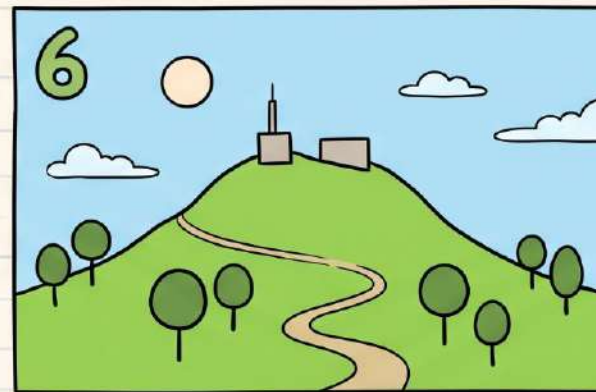
4



5



6



Ce midi, on vous emmène en

Italie

VENDREDI
23 octobre

api

**Potage céleri
et pommes de terre
façon Minestrone**

**Lasagnes
de légumes**

**Fromage blanc
et copeaux de chocolat
façon stracciatella**

Une animation proposée par votre restaurant Api

Menus du 26 au 30 octobre

Légende :



CUISINES
PAR NOS
CHEFS



PRODUIT
BIO



PRODUIT
RÉGIONAL



PRODUIT
LABELLISÉ



PRODUIT
PÊCHE
DURABLE

Lundi 26 octobre

Salade de perles
et vinaigrette



Sauté de dinde
Sauce façon churrasco



Chou fleur CE2 persillé



Cantal AOP



Fruit de saison

Mardi 27 octobre

Friand viande



Rôti de porc LR
Sauce au cerfeuil



Salsifis béchamel gratinés



Yaourt sucré

Compote pomme BIO
ananas du chef



Mercredi 28 octobre

SUPER HÉROS !

ELIXIR D'INVISIBILITÉ
(Velouté de courgettes)



**POUVOIR DU FEU
ET GRAINS DE TÉLÉPORTATIONS**
(Chili sin carne
et Riz BIO pilař)



TRIANGLE DE FORCE
(Vache qui rit)

ATTAQUE VITAMINÉE
(Fruit de saison)



Jeudi 29 octobre

Carottes râpées
aux cranberries



Filet de lieu noir MSC
tomaté au four



Mini penne



Emmental BIO râpé



Cake du chef
à la noix de coco



Démoniaque !

Le sourire de Dracula
(Betteraves BIO
et maïs à l'huile d'olive)



**Sarcophage de Momie
et sa lave de citrouille**
(Paupiette au veau, sauce au jus
et purée de pommes de terre et
courges)



**L'œil du cyclope
et le sang de dragon**
(Fromage blanc nature
et coulis de fruits rouges)



Nos viandes de bœuf, veau, porc, volaille sont garanties origine France

VIENS LIRE TA BD

**Ce midi,
on mange comme:**



LES SUPER HÉROS



LE MERCREDI
28/10



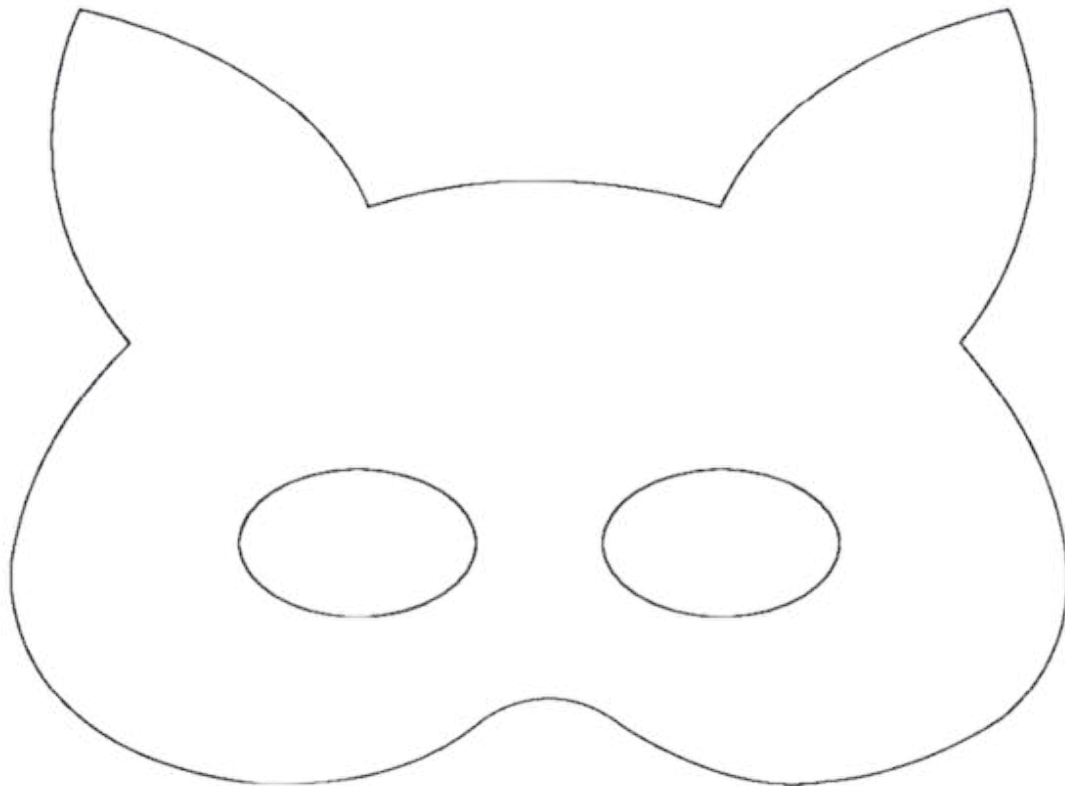
ELIXIR D'INVISIBILITÉ
(Velouté de courgettes)

**POUVOIR DU FEU
ET GRAINS DE TÉLÉPORTATIONS**
(Chili sin carne
et Riz BIO pilaf)

TRIANGLE DE FORCE
(Vache qui rit)

ATTAQUE VITAMINÉE
(Fruit de saison)

DEVIENS UN SUPER HÉROS EN FABRIQUANT TON MASQUE



Le sourire de Dracula
(Betteraves BIO et maïs à l'huile d'olive)

*Sarcophage la momie
et sa lave de citrouille*
(Paupiette au veau, sauce au jus
et purée de pommes de terre et courges)

*L'œil du cyclope
et le sang de dragon*
(Fromage blanc et coulis de fruits rouges)

VENDREDI
30 octobre



Aujourd'hui, c'est
Démoniaque !

ATELIER : CUISINE TA SOUPE À LA CITROUILLE !

CE DONT TU AS BESOIN :

- Planches à découper et économes
- Couteaux et cuillères à soupe
- Plaque de cuisson et marmite
- Mixeur plongeant

INGRÉDIENTS (POUR 10)

- 1,5 kg de citrouille + 2 carottes
- 3 pommes de terre
- 1 oignon & 1 gousse d'ail
- 30 g de beurre
- 500 ml d'eau
- 3 cuillères de crème fraîche
- Sel, poivre & muscade râpée

LA RECETTE !

1. Épluche et coupe tous les légumes.
2. Fais dorer l'oignon, l'ail et les légumes dans le beurre.
3. Ajoute l'eau et laisse cuire pour que ce soit fondant !
4. Mixe le tout, ajoute la crème et régale-toi !