





ATELIER CULINAIRE ANCENIS

Semaine n°45 : du 8 au 12 Novembre 2021

Armistice

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
 ENTRÉE	Carottes râpées bio local	Concombre local bio dés de brebis			Haricots verts échalotes
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	 Goulash de bœuf local paprika	Boulgour bio aux pois chiches, carottes bio crème au curcuma ^A			Blanquette de poisson
	^B Penne				Riz créole ^B
 PRODUIT LAITIER	^L Yaourt sucré fermier 	Mimolette			Camembert ^B
 DESSERT	^L Pomme	Coktail de fruits			Banane



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES








Salade coleslaw: carotte, chou blanc, mayonnaise
Salade arlequin: p. de terre, maïs, poivrons, cubes emmental

P.A. n°1

Semaine n°46 : du 15 au 19 Novembre 2021

La campagne - La Bourgogne



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
 ENTRÉE	Cœufs durs mayonnaise	Salade arlequin emmental		Chou rouge vinaigrette au cassis	Salade maïs croûtons à la fourme d'Ambert 
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Palette de porc	Dos de poisson sauce curry		 Bœuf local bourguignon	Loubia végétarienne ^A
	Lentilles	Gratin de chou fleur bio		Coquillettes ^B	Pomme vapeur ^B
 PRODUIT LAITIER	Buchette mi chèvre	Tome noire		Fromage	Galettes St Michel
 DESSERT	^B Kiwi	Pomme ^L		Flamusse (gâteau aux pommes)	^L Fromage blanc fermier 

^B bio

Carottes, Concombres et Pomme de terre COOP des légumes 49

^L Local

Yaourt et fromage blanc GAEC MEZERAC 44
Bœuf SCAVO 49
Pommes Deshais fruits 44

P.A. n°2



^L Circuits courts/ Produits locaux

^M maison ^B bio

^A Alternatif



Ansamble

UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

ATELIER CULINAIRE ANCENIS

Semaine n°47 : du 22 au 26 Novembre 2021



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Salade de pâtes bio mimolette	Céleri et radis râpée en rémoulade		Pomelos	Salami
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Emincé de dinde local sauce forestière	Parmentier au lait fermier de lentilles corail bio ^A		Sauté de bœuf local	Dos de colin meunière
	Petits pois	Salade verte		Haricot vert ^B	Boulgour bio aux petits légumes
PRODUIT LAITIER	Cœur de dame	Brie		Petit fromage ail et fines herbes	Tomme grise
DESSERT	^L Pomme	Yaourt fruits des bois ^L		Riz au lait	Clémentines

TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade coleslaw: carotte, chou blanc mayonnaise

P.A. n°3

Semaine n°48 : du 29 Novembre au 3 Décembre 2021

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Bouillon tomate vermicelle	Coleslaw (carottes et chou local bio)		Endives et cubes d'emmental	Salade de lentilles
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de porc aux pruneaux	Fondant de bœuf local sauce piquante		Chili sin carne ^A	Dos de colin sauce beurre Nantais
	Poêlée de légumes bio Pdt	Haricot beurre		Riz pilaff ^B	Carottes local bio persillées
PRODUIT LAITIER	Saint paulin	Camembert		Tome noire	Pont l'évêque
DESSERT	^B Kiwi	Semoule au lait		Clémentines	^L Pomme

^B bio

Carottes, chou blanc, betteraves, pdt COOP des légumiers 49

^L Local

Dinde SDA 44
Bœuf SCVO 49
Pommes Deshais Fruits 44
Yaourt et fromage blanc GAEC MEZERAC 44
Carottes COOP des légumiers 49

P.A. n°4



^L Circuits courts/ Produits locaux

^M maison

^B bio

^A Alternatif



Ansamble

UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRÈS DES TERRITOIRES

ATELIER CULINAIRE ANCENIS

Semaine n°49 : du 6 au 10 Décembre 2021

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ENTRÉE	Carottes bio local râpées	Œufs durs B		Macédoine mayonnaise	Salade fromagère (salade ,cubes emmental et mimolette)
PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Couscous de boule bœuf 	Colin sauce dieppoise		Blésotto aux pois cassés A et champignons	Cassoulet garni
	Semoule bio légumes couscous	Purée d'épinards au lait fermier			
PRODUIT LAITIER	Fromage 	Edam		Coulommiers	L Yaourt sucré fermier 
DESSERT	 Fromage blanc vanille L	B Kiwi		Clémentines	Barre bretonne



TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES