

Hachis Arc en ciel Potimarron de la Mevèlière

Préparation : 20 minutes

Cuisson : 40 minutes

Ingrédients (6 personnes) :

- 500 gr de bœuf haché
- 500 gr de potimarrons
- 500 gr de pommes de terre
- 60 gr de fromage râpé
- 2 échalotes
- 2 gousses d'ail
- 2 c à s d'huile d'olive
- 1 pincée de muscade
- Sel et poivre

Préparation de la recette :

1. Faire une purée de pommes de terre à votre goût et réserver.
2. Faire une purée de potimarrons à votre goût et réserver.
3. Faire revenir l'échalote et l'ail à feu doux dans une poêle légèrement huilée. Ajouter la viande hachée et le cumin. Saler et poivrer.
4. Préchauffer le four à 200°.
5. Dans un plat à gratin mettre la purée de pommes de terre, le hachis de viande et terminer par la purée de potimarrons. Recouvrir de fromage râpé, faire gratiner au four pendant 15 min.

Bon appétit

Semaine de la pesée :

Dans le cadre de son Agenda 21 et de la lutte contre le gaspillage alimentaire, une période de pesée des déchets sera organisée sur l'Ecole Maryse Bastié du 30 septembre au 4 Octobre.

Nous vous souhaitons une belle année scolaire

Nicole CHOTARD

Adjointe à l'enfance, la jeunesse et aux actions scolaires

Info de
la ville



Restauration
scolaire

Maryse Bastié
Victor Hugo

Menus
du mois

Septembre 2019





Lundi 02/04

Mardi 03/04

Mercredi 04/04

Jeudi 05/04

Vendredi 06/04

Lundi 23/04

Mardi 24/04

Mercredi 25/04

Jeudi 26/04

Vendredi 27/04

Melon	Salade de boulgour au thon (mayonnaise)	Concombre (à la crème et menthe)	Betteraves cuites	Feuilleté fromage
Spaghettis bolognaise	Mijoté de porc au cidre et pommes	Filet poisson pané Tomates (provençale), riz créole	Omelette parmentière	Poulet rôti basquaise
Lacté	Fromage Fruit de saison	Crème dessert	Fromage Fruit de saison	Fromage Fruit de saison
Lait Choco	Pain Pâte à tartiner	Miel Biscotte, Lait	Lacté Fruit de saison	Pain Confiture

Concombre alpin	Melon	Taboulé	Mousse de canard Cornichons	Tomates mozzarella
Omelette Riz forestier	Goulasch de bœuf Frites	Rôti de porc Courgettes braisées	Cœur de merlu Mijoté de tomates , P.D.T	Escalope de dinde Purée de potimarrons
Petits suisses	Lacté	Fromage Fruit de saison	Fromage Fruit de saison	Fromage blanc
Pain Fromage	Lacté Fruits secs	Pain Confiture	Miel Biscotte	Biscuit Fruit de saison

Lundi 09/04

Mardi 10/04

Mercredi 11/04

Jeudi 12/04

Vendredi 13/04

Lundi 30/04

Tomates, féta, basilic	Melon, pastèque	Carottes râpées	Riz, tomates, poivrons	Radis croq
Pavé de saumon Carottes à la crème	Sauté de bœuf aux 5 épices Coquillettes	Œufs durs Gratin courgettes	Lapin à la moutarde Chou-fleur vapeur	Jambon fumé Mogettes
Dessert lacté	Lacté	Fromage Fruit de saison	Fromage Fruit de saison	Glace
Lacté Biscuit	Brioche Jus d'orange	Pain Fromage	Biscuit Fruit de saison	Pain , Chocolat, beurre

Semaine de la poésie

Haricots verts , maïs, thon
Légumes racines en gratin (tomme de brebis)
Petits suisses Fruit de saison
Lait Gâteau aux pommes



Lundi 16/04

Mardi 17/04

Mercredi 18/04

Jeudi 19/04

Vendredi 20/04

Haricots verts , maïs	Céleri rémoulade	Melon	Laitue au gruyère	Pamlemousse
Tagliatelles aux fruits de mer	Gratin de carottes , chèvres , blé	Salade de riz , surimi, tomate , poivrons , emmental	Hachi « arc en-ciel » (potimarrons, P.D.T) 	Emincé de volailles (au curry) Semoule couscous
Fromage Fruit de saison	Semoule au lait	Yaourt à boire	Lacté	Entremet
Lacté Biscuit	Pain Fromage	Compote Casse-croûte	Pain Pâte à tartiner	Lait Quatre-quarts

Produits issus de l'agriculture biologique

- Viande bovine française
- Produits issus du commerce équitable
- Plat élaboré selon la recette au verso

Les légumes frais du mois

Aubergine, carotte, chou-fleur, concombre, tomate, panais, patate douce, poivrons, potimarron, rutabagas

Retrouvez l'ensemble des menus sur www.bouaye.fr et sur l'application mobile « Nantes dans ma poche »