



MENU ADEPPA

DU 3 SEPTEMBRE AU 19 OCTOBRE

SEMAINE 37

Lundi 10 Septembre	Taboulé maison Émincé de bœuf Bourguignon Duo de haricots Fol'èpi Fruit frais
Sans porc / VG	Galette blé et épinards
Pain	Baguette rustique
Mardi 11 Septembre	Salade de sésu Tomate farcie Semoule Edam BIO Sensibilis maternelle
Sans porc / VG	Tomate farcie végétale
Pain	Pain 14 céréales
Mercredi 12 Septembre	Courgettes fraîches râpées Gratin de pommes de terre façon pizza Régions Fromage Poire façon Belle Hélène
Sans porc / VG	Gratin de pommes de terre façon pizza végétarienne
Pain	Baguette rustique
Jeudi 13 Septembre Menu Gnc	Salade grecque Émincé de viande hachée Riz Mini chèvres Fromage blanc au miel
Sans porc / VG	Raviolis 4 fromages
Pain	Baguette rustique
Vendredi 14 Septembre	Rosette, comichon Poisson pané, quartier de citron Petits pois, carottes BIO Cantadou AFH Salade de fruits
Pain	Baguette rustique



Lundi 3 Septembre	Chien chasseur émincé Hachis Parmentier Petit Campagnard d'Elvange Compote Pomme BIO Vanille
Sans porc / VG	Parmentier de lentilles
Pain	Baguette rustique
Mardi 4 Septembre	Concombre au yaourt Raviolis ricotta épinards sauce crème, gruyère râpé Camembert à partager Madelaine de Commercy
Pain	Baguette rustique
Mercredi 5 Septembre	Salade de pain de la mer Wings de poulet au barbecue Carottes BIO au jus Fromage Fruit frais
Sans porc / VG	Croustifromage
Pain	Baguette rustique
Jeudi 6 Septembre Menu Euxine	Salade à l'espagnole Beignets de calamars Poêlée de légumes du soleil et riz Tomme blanche Chocolats au lait (yaourt à boire maison)
Pain	Baguette rustique
Vendredi 7 Septembre	Salade de pommes de terre Sauté de veau Thai Poêlée de légumes chinos Cœur de dame Fruit frais
Sans porc / VG	Accras de morue
Pain	Baguette emmental



SEMAINE 38

Lundi 17 Septembre	Salade de blé Brochettes de dinde Poêlée de légumes Vaillette Nature Fruit frais
Sans porc / VG	Crêpe au fromage
Pain	Baguette rustique
Mardi 18 Septembre	Salade verte et billes de melon Blanquette de poisson Riz Comté Mousse chocolat
Pain	Baguette rustique
Mercredi 19 Septembre	Salade composée Émincé de bœuf Spätzli Fromage Petits suisses sucrés
Sans porc / VG	Omelette
Pain	Baguette rustique
Jeudi 20 Septembre Menu BIO	Tomate BIO/mozza Lasagnes de bœuf BIO maison Emmental BIO Smoothie aux poires BIO et miel
Sans porc / VG	Lasagnes aux légumes du soleil
Pain	Pain ciabotta
Vendredi 21 Septembre	Courgettes fraîches râpées Sauce blanche Gratin de courgettes et pommes de terre Mimollette à croquer Gaufre au sucre
Sans porc / VG	Nuggets de fromage
Pain	Baguette rustique

SEMAINE 40

Lundi 1 ^{er} Octobre Journées MONDIALES DU CHOCOLAT	Salade de tomates et œuf Vignacette au chocolat Hachis de bœuf sauce chocolat Mél mandarine Gouda BIO Edair au chocolat
Pain	Baguette rustique
Mardi 2 Octobre	Salade de pâtes au pesto Escalope de volaille à la crème de Tomme de Pierre Percée BIO Poêlée de légumes BIO Pti Fruité Fruit frais
Sans porc / VG	Crêpe aux champignons
Pain	Baguette rustique

Nos menus peuvent être remplacés par des équivalents en fonction des approvisionnements. Ils sont susceptibles de contenir des éléments allergènes. Pour les menus végétariens (VG) ou sans porc (SP), un mets de substitution est systématiquement proposé.

SEMAINE 39

Lundi 24 Septembre	Céleri râpé Cordon bleu de volaille Purée BIO de courgettes Leerdamer Mini Flan nappé caramel
Sans porc / VG	Croustifromage
Pain	Baguette rustique
Mardi 25 Septembre	Betteraves cubes Couscous amande épinards Boulettes de bœuf St Nectaire Fruit frais
Sans porc / VG	Boulettes de soja
Pain	Baguette rustique
Mercredi 26 Septembre	Salade de tomates Burger de légumes Rostis Fromage Fruit frais
Pain	Baguette rustique
Jeudi 27 Septembre Menu Tex Mex	Salade de viande Chili con carne (émincé de bœuf) Bio Fondue caré Président Donuts nappés chocolat
Sans porc / VG	Chili sin carne
Pain	Pain de maïs
Vendredi 28 Septembre	Steak verte au jus Cantaloupes de fruits Filet de cabillaud, sauce Vaillette ciboulette Céréales gourmandes BIO Yaourt nature Petits suisses aux fruits
Pain	Baguette rustique

Mercredi 3 Octobre	Courgettes fraîches râpées Raviolis au bœuf, sauce tomate Gruyère râpé Fromage Liégeois vanille
Sans porc / VG	Raviolis ricotta épinards
Pain	Baguette rustique
Jeudi 4 Octobre	Salade de pommes de terre Jambon grillé Haricots verts Mini Bonbel Fruit frais
Sans porc / VG	Bouchées au camembert
Pain	Baguette rustique
Vendredi 5 Octobre	Cantaloup Parmentier de poisson St Paulin Fromage Blanc d'Alsace aux fruits
Pain	Pain bûcheron

Semaine du goût



Lundi 8 Octobre
Petit Navire Morêt et ses tomates
Carbonarit Panzani
Une folle envie
Soupe de fraises Tesselre
Sans porc / VG : Omelette
Pain : Baguette à la farine BIO



Mardi 9 Octobre
Heinz'pacho
KFC (Kellogg's Friend Collin)
Cocarottes
Bobababa babubybelle
Churros Nutella
Pain : Baguette rustique



Mercredi 10 Octobre
Dip'roy
Choucroute et ses knacks
Un goût inimitable depuis très très très longtemps
Crème dessert Mont Blanc Spécious
Sans porc / VG : Choucroute de la mer
Pain : Baguette rustique



Jeudi 11 Octobre
Tartare de betterave au Boursin
Tajine de Poulet Tropicana d'Uncle Ben's
C'est toi qui dis Boo
Yaourt à boire maison Arlequin
Sans porc / VG : Risotto aux butternut
Pain : Baguette rustique



Vendredi 12 Octobre
Florette composée, Coraya et Salakis
Sauté de veau savora et ses gnognos, l'essus tu cru?
On ne salt toujours pas pourquoi...
Fanta'stique brunoise de fruits et ses pépites de granola
Sans porc / VG : Gratin de gnocchs
Pain : Baguette rustique



SEMAINE 42

Lundi 15 Octobre	Mousseline de ligamons frais Grillardin de veau Céréales gourmandes à l'indienne Petit Campagnard d'Évange Fruit frais
Sans porc / VG	Baguette de boulogne
Pain	Baguette rustique
Mardi 16 Octobre JOURNÉE MONDIALE DU PAIN	Salade composée Fajitas de poulet Cancoillotte Pain perdu Fajitas au soja
Pain	Baguette de campagne
Mercredi 17 Octobre	Carottes fraîches râpées Cervelas obernais Gratin de choux fleurs et pommes de terre Fromage Ile flottante
Sans porc / VG	Nuggets de blé
Pain	Baguette rustique
Jeudi 18 Octobre	Salade de porc Emincé de bœuf façon pot au feu Tomme Noire Fruit frais
Sans porc / VG	Pot au feu de poisson
Pain	Baguette rustique
Vendredi 19 Octobre Menu BIO	Salade de brocolis BIO, gratin et bardons Gratin de pâtes BIO au thon et sa julienne de légumes Carré frais BIO Yaourt vanillé BIO
Pain	Baguette rustique

JEUX



Observation

Parmi ces cerises se cache une framboise. Sauras-tu la retrouver ?



Labyrinthe

Quel chemin Bib doit-elle emprunter pour sortir de la forêt ?



RECETTE

CARROT CAKE

MADE IN USA



INGRÉDIENTS

- 4 œufs
- 130g d'huile de tournesol
- 250g de sucre
- 250g de farine
- 2cc d'arôme vanille
- 1cc de muscade
- 7g de levure chimique
- 2cc de cannelle
- 300g de carottes râpées
- 120g de noix concassées

PRÉPARATION

Préchauffer le four à 175°C — Mélanger les œufs et le sucre — Ajouter en mélangeant la vanille, la cannelle, la muscade et l'huile — Mélanger la farine et la levure, puis incorporer au mélange précédent jusqu'à obtenir une pâte lisse — Ajouter les carottes et les noix, continuer de mélanger — Beurrer le moule et verser la préparation — Enfourner 30 à 40 min à 175°C. Piquer avec la pointe d'un couteau afin de vérifier la cuisson. — Quand le gâteau est démoulé et refroidi, on peut le glacer avec un mélange de sucre glace et jus de citron.

NOTRE ENGAGEMENT LOCAL



L'Adeppa accorde un soin tout particulier à l'approvisionnement en produits locaux des repas qu'elle prépare.

Depuis le début de l'année 2018, nous avons choisi de proposer à nos convives de l'Emincé de Bœuf en provenance de l'EARL de la Fontaine à Rochonvillers (57). En leur faisant confiance afin de proposer une viande de jeunes bovins charolais, l'Adeppa a fait le choix d'une race réputée pour ses qualités bouchères et ainsi fournir une viande peu grasse et de bonne qualité gustative, apportant

tendreté et finesse de goût en bouche. Mais l'élevage Brier, c'est aussi une belle histoire de famille locale poursuivant le même chemin depuis 3 générations, dans le respect des traditions d'élevage et d'agriculture.

Après le grand-père Hubert, puis le père Yves c'est aux enfants Benoit et Nicolas de nous faire partager leur passion. Alors que Benoit

a repris l'exploitation familiale et s'occupe des animaux entre autre en les nourrissant sans OGM, Nicolas nous rend souvent visite à l'Adeppa afin de livrer une viande fraîche et de qualité pour les enfants.



Mise en page et illustration: Florence Turmeau, florineturmeau@igmet.com - Août 2018



2018 Bien manger avec l'Adeppa SEPTEMBRE - OCTOBRE

Retrouvez nous sur Facebook : Adeppa Vigy Restauration
Adeppa, Avenue Charlemagne, BP2-57640 Vigy
T : 03 87 77 92 09, info@adeppa.eu, www.adeppa.eu

