

Le sais-tu ?

La galette des rois vient des Saturnales, une fête romaine célébrant le dieu Saturne et le Soleil. Un repas était alors partagé entre les maîtres et les esclaves et une fève était glissée dans un gâteau ou une galette dont l'aspect rond et doré rappelait le soleil.

Celui, qui tombait dessus, était ainsi désigné roi du festin. Dans la plus grande partie de la France, la galette des rois est une galette à base de pâte feuilletée, simplement dorée au four mais elle peut également être fourrée: frangipane, fruits, crème, chocolat, compote de pommes, ... En Charente, nous consommons plutôt la couronne des rois : sorte de brioche avec des lamelles d'angélique et des cerises confites, le tout parsemé de sucre en grains.

LÉGENDE

Légumes et fruits crus

Légumes et fruits cuits

Plat protidique

Féculent

Produit laitier

Produit lipidique



Menu de Janvier 2022



lundi 3	mardi 4	jeudi 6	vendredi 7
Batavia maïs champignons filet de colin lieu petits pois fromage galette des rois 	Taboulé sauté de bœuf carottes salsifis brie clémentines 	Betteraves crues cuisse de poulet lentilles vertes yaourt nature sucré 	Soupe de légumes omelette de pommes de terre endives flan pâtissier 
lundi 10	mardi 11	jeudi 13	vendredi 14
Tranche de pâté filet de volaille choux fleur gratiné petit suisse gaufrette 	Concombres vinaigrés tranche d'agneau flageolets tarte aux pommes 	Velouté de poireaux petit brin de veau coquillettes part de fromage pomme 	Sardine à l'huile cordon bleu riz carottes flan chocolat 
lundi 17	mardi 18	jeudi 20	vendredi 21
Céleri rémoulade cuisse de pintade pomme vapeur comté clémentines 	Macédoine mayonnaise concombres boulette de bœuf haricots beurre yaourt aromatisé 	Mêlée de crudités rôti de porc mojettes à la tomate Bûche mi chèvre chocolat 	Crêpe au fromage filet de merlu carottes semoule flan caramel 
lundi 24	mardi 25	jeudi 27	vendredi 28
Râpé de betteraves parmentier de pois cassés éclair au chocolat 	Soupe de vermicelle lapin sauté pâtes colorées fromage fondu pomme 	Concombres maïs bœuf bourguignon salsifis carottes fromage Donut's 	Maquereau au vin blanc saucisse merguez lentilles du Puy et carottes Flamby 
lundi 31			
Scarole à l'orange croque monsieur petit pot de crème 			

Les menus peuvent varier en fonction des livraisons, merci de votre compréhension.