

# Le sais-tu ?

## Un peu d'histoire

Selon des traces archéologiques, la fraise poussait à l'état sauvage en Amérique, en Asie ainsi qu'en Europe occidentale.

En France, elle fait son apparition au Moyen-Âge dans les jardins et les potagers. Plus tard, à la Renaissance, la fraise se consomme avec de la crème pour les femmes et du vin pour les hommes.

À partir du XV<sup>ème</sup> siècle, les fraises se vendent de plus en plus dans le commerce. Les Anglais et les Hollandais améliorèrent alors les espèces sauvages afin d'obtenir une plus belle récolte avec des fruits beaucoup plus volumineux. C'est vers le XVIII<sup>ème</sup> siècle que les grosses fraises, comme nous les connaissons aujourd'hui, sont arrivées – par l'intermédiaire d'un officier de marine du nom de Frézier.

# Menu de juin 2022

		<p>jeudi 2</p> <p>tomates <b>crevettes sauté de dinde</b> champignons <b>carottes</b> part de comté compote</p> 	<p>vendredi 3</p> <p>mêlée de crudités <b>filet pané</b> haricots verts crème saveur <b>chocolat</b></p> 
	<p>mardi 7</p> <p>taboulé <b>concombre jambon braisé</b> petits pois tranche de brie poire</p> 	<p>jeudi 9</p> <p>tomates <b>vinaigrées</b> <b>bœuf en daube</b> riz <b>carottes</b> fromage <b>blanc sucré</b></p> 	<p>vendredi 10</p> <p>champignons <b>cœur palmiers</b> <b>filet de merlu</b> choux fleur <b>béchamel</b> recette <b>crémeuse</b></p> 
<p>lundi 13</p> <p>radis <b>salade verte blanc de volaille au curry</b> haricots blancs kiri compote</p> 	<p>mardi 14</p> <p>râpé de carottes <b>olives escalope de veau</b> lentilles vertes <b>emmental</b> pomme</p> 	<p>jeudi 16</p> <p>saucisson <b>ail et sec</b> <b>omelette</b> de pommes de terre salade verte <b>tarte aux pommes</b></p> 	<p>vendredi 17</p> <p>concombre <b>radis colin à la fondue de tomate</b> semoule dorée <b>flan vanille nappé de caramel</b></p> 
<p>lundi 20</p> <p>batavia <b>poivron tomate plat de lasagnes aux légumes</b> camembert poire</p> 	<p>mardi 21</p> <p>salade de tomates <b>saucisses merguez</b> haricots verts entremet <b>chocolat maison</b></p> 	<p>jeudi 23</p> <p>taboulé aux épices <b>cuisse de poulet</b> ratatouille <b>bûche mi chèvre</b> compote</p> 	<p>vendredi 24</p> <p>carottes <b>céleri râpés</b> <b>filet de cabillaud</b> purée pommes de terre <b>danette liégeois</b></p> 
<p>lundi 27</p> <p>concombre <b>thon paupiette de veau</b> <b>brocolis à la crème</b> comté fruits crus</p> 	<p>mardi 28</p> <p>tarte feuilletée <b>aux oignons</b> <b>sauté de porc</b> <b>courgettes et céréales</b> yaourt nature <b>au sucre</b></p> 	<p>jeudi 30</p> <p>râpé de carottes <b>filet de poisson</b> pommes de terre <b>vapeur</b> entremet <b>vanille maison</b></p> 	

## LÉGENDE

Légumes et fruits crus

Légumes et fruits cuits

Plat protidique

Féculent

Produit laitier

Produit lipidique

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

# Menu de juillet 2022

## Le sais-tu ?

La fève désigne à la fois le nom d'une **plante**, que l'on cultive pour ses **graines**, qui se consomment fraîches ou sèches. Il semble qu'elle soit cultivée depuis le **néolithique**, qui est la période préhistorique au cours de laquelle s'est développée l'agriculture. Aliment originaire du **Moyen-Orient**, la culture de la fève s'est ensuite répandue en Europe, en Afrique et en Orient. La fève était à l'Antiquité et au Moyen-Âge un **légume de base** de l'alimentation, comme l'est aujourd'hui la pomme de terre, par exemple. La fève fait partie de la famille des **légumineuses**. Son nom scientifique est **Vicia Faba**.



vendredi 1<sup>er</sup>

part de melon  
bœuf sauce chasseur  
pommes frites  
pots de glace



lundi 4

tomates ensoleillées  
jambon grillé  
pâtes au beurre  
camembert  
pomme



mardi 5

sardines à l'huile  
poulet frit  
haricots verts  
choix de fromages  
desserts multiples



jeudi 7

pique nique



## LÉGENDE

Légumes et fruits crus  
Légumes et fruits cuits  
Plat protidique  
Féculent  
Produit laitier  
Produit lipidique



*Mais, c'est aussi la dernière proposition de menu de Nadyne Chatain, avant de très longues vacances.*

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