

## Le sais-tu ?

### Pourquoi fait-on des crêpes pour la Chandeleur ?

L'association entre la Chandeleur et les crêpes remonte au Moyen Âge. À cette époque, on croyait que la prospérité de l'année dépendait de la façon dont on cuisinait les crêpes. La forme ronde et dorée des crêpes rappelle le disque solaire, symbolisant la lumière croissante et le retour du printemps.

### Les ingrédients de la pâte à crêpes,

pour 15 crêpes :

- 300 g de farine
- 3 œufs entiers
- 60 cl de lait
- 50 g de beurre fondu
- 3 cuillères à soupe de sucre (optionnel, suivant si vous réalisez des crêpes sucrées)
- 5 cl de rhum ou de cognac (optionnel)

## LÉGENDE

Légumes et fruits crus

Légumes et fruits cuits

Plat protidique

Féculent

Produit laitier

Produit lipidique



## Menu de février 2025



<p><b>Lundi 3</b></p> <p>céleri <b>rémolade</b> poisson façon meunière carottes à la crème comté crêpe au chocolat noisette</p> 	<p><b>mardi 4</b></p> <p>endives aux noix tartiflette à la volaille yaourt velouté à la vanille</p> 	<p><b>jeudi 6</b></p> <p>soupe de légumes sauté de porc riz brie kiwi</p> 	<p><b>Vendredi 7</b></p> <p><b>Menu végétarien</b> salade verte et avocat omelette gruyère et tomate fromage blanc au miel</p> 
<p><b>lundi 10</b></p> <p>betteraves cuites cuisse de poulet légumes du soleil bûche mi-chèvre pomme colorée</p> 	<p><b>mardi 11</b></p> <p>coleslaw saucisse / merguez flageolets fondant cacao bio (yaourt)</p> 	<p><b>jeudi 13</b></p> <p>pâté de campagne bœuf bourguignon champignons sautés fromage à pâte cuite poire</p> 	<p><b>vendredi 14</b></p> <p>carottes râpées brandade de morue maison riz au lait saveur vanille</p> 
<p><b>Lundi 17</b></p> <p>salade verte duo de fromages escalope de poulet gratin de courgettes éclair à la vanille</p> 	<p><b>mardi 18</b></p> <p>velouté de carottes poisson selon arrivage haricots verts fromage à tartiner clémentine</p> 	<p><b>jeudi 20</b></p> <p>duo de choux crus spaghettis à la bolognaise fromages variés banane</p> 	<p><b>vendredi 21</b></p> <p>méli mélo de crudités cassoulet de porc crème dessert caramel</p> 



C'est les **Vacances!**



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