

## Lundi

Taboulé  
Soupe de poireaux *m*  
pommes de terre  
Chou rouge

Steak haché sauce poivre *m*  
Paupiette de saumon  
Frites *m*  
Brocolis

Fromage *m*  
Laitage

Fruit de saison *m*  
Crêpe sauce chocolat  
Poire caramel

## Mardi

Tomate au Basilic *m*  
Macédoine à la Russe  
Cervelas en salade\*

Wing's de poulet *m*  
Tarte au thon  
Purée *m*  
Haricots verts

Fromage  
Laitage *m*

Compote pomme framboise  
Pêches au sirop  
Marbré chocolat *m*



Confor'Table

Le maïs utilisé est obligatoirement du maïs à éclater. Son nom provient de « pop », qui veut dire « éclater » en anglais et « corn », qui signifie « maïs » en anglais américain.

Les légumenbuils

Institut Paul Ricoeur Primaires  
Maternelles

Semaine du 03 au 07 février 2020

Hey savez-vous pourquoi le pop corn éclate ?

Un grain de popcorn est composé d'eau et d'huile au centre, recouvert par une couche d'amidon, puis par la couche extérieure jaune plus dure. Sous l'effet de la chaleur, l'eau se transforme en vapeur appliquant ainsi une forte pression.

L'amidon devient mou et malléable. A 180 °C, la pression est trop forte et la surface extérieure se brise. C'est comme une petite explosion. La vapeur s'échappe rapidement projetant l'amidon dans différents sens. Mais en un clin d'oeil l'amidon se refroidit et redevient solide, avec cette fois la forme du popcorn que vous connaissez bien.

C'est drôle et en plus c'est bon !!!

## Jeudi

Salami\*  
Velouté de légumes *m*  
Fonds d'artichauts vinaigrette

Saucisse fumée\* *m*  
Colin pané  
Spaghetti *m*  
Haricots Coco à la tomate  
Chou vert

Fromage *m*  
Laitage

Compote pomme poire *m*  
Novely caramel  
Brownies

## Vendredi

Allumettes au fromage  
Carottes râpées *m*  
Lentilles persillées

Hoki Meunière *m*  
Purée *m*  
Poêlée de légumes

Fromage  
Laitage *m*

Fruit de saison  
Entremet vanille  
Salade de fruits *m*



Produit de l'Agriculture Biologique



Recette du Chef



Viande origine France

\* à base de porc S/P : sans porc