

Menus du 29 janvier au 2 février

Légende:



Lundi 29 janvier	Mardi 30 janvier	Mercredi 31 janvier	Jeudi 1er février	Vendredi 2 février
<p>Lentilles à l'échalote</p>	<p>Macédoine au fromage blanc</p>	<p><u>Crêpes !</u></p>	<p>Salade de coquillettes</p>	<p><u>C'est l'heure des crêpes !</u></p>
<p>Rôti de porc façon barbecue</p>	<p>Omelette BIO nature</p>	<p>Velouté de potiron</p>	<p>Morceaux de colin au four</p>	<p>Carottes râpées</p>
<p>Courgettes BIO à l'ail</p>	<p>Rosti de pommes de terre</p>	<p>Boulettes au boeuf sauce aux olives</p>	<p>Piperade de légumes</p>	<p>Hachis parmentier de boeuf</p>
<p>Fromage frais à tartiner</p>	<p>Bleu d'Auvergne</p>	<p>Epinards BIO béchamel</p>	<p>Fromage blanc sucré</p>	<p>Suisse fruité</p>
<p>Flan à la vanille</p>	<p>Fruit de saison</p>	<p>Blé BIO pilaf</p>	<p>Fruit de saison</p>	<p>Crêpe au chocolat</p>
		<p>Carré de l'Est</p>		
		<p>Crêpe et pâte à tartiner</p>		

The logo for API, consisting of the lowercase letters 'api' in a white, sans-serif font, centered within a solid orange rectangular background.

api

Ce midi on fête les

Crêpes

Three orange circles with diagonal stripes, arranged horizontally below the word 'Crêpes'.

Le mercredi 31 janvier

dans votre restaurant API



1 La pâte à crêpes



12 crêpes



Préparation
10 minutes



Cuisson
à la poêle
10 minutes

Légende dosage :



Cuillère à café



Cuillère à soupe

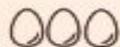


Verre de 25 cl

Ingrédients :



250 gr de farine



3 œufs entiers



50 cl de lait



Beurre



Je me lave les mains



Dans un saladier :
- je mets la farine
- je fais un puit
- j'ajoute 3 œufs entiers.



J'ajoute le lait, petit à petit.
Je mélange avec un fouet.



Je fais fondre le beurre
dans le micro-onde.
J'ajoute le beurre fondu
à la pâte à crêpes.



Je mets de l'huile dans une
poêle. Je chauffe la poêle
à petit feu. Je verse avec
une petite louche la pâte
à crêpes sur la poêle.



Je laisse dorer jusqu'à temps
que les bords se décollent
de la poêle.



Je retourne la crêpe et
je laisse cuire quelques
secondes.



Aujourd'hui :

crêpes

Le vendredi 2 février

dans votre restaurant api !



Menus du 5 au 9 février

Légende :



Lundi 5 février

Taboulé (semoule BIO)



Sauté de veau
façon blanquette



Carottes à l'étuvée



Saint nectaire AOP



Fruit de saison



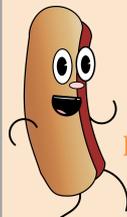
Mardi 6 février

HOT DOG PARTY !

Céleri rémoulade



Saucisse de Strasbourg
Pain Hot dog
Ketchup dosette
Potatoes



Edam BIO



Compote du chef pommes
BIO et vanille



Mercredi 7 février

RACLETTE



Salade verte et
vinaigrette



Jambon blanc LR



Rosette

Pommes de terre
vapeur



Fromage à raclette



Fruit de saison



Jeudi 8 février

Betteraves BIO à la
framboise



Lentilles à l'indienne



Riz BIO pilaf



Verre de lait

Brownie maison



Vendredi 9 février

Salade de pommes
de terre



Filet de colin d'Alaska
sauce curcuma



Haricots verts BIO
au persil



Yaourt aromatisé régional



Gaufre de Liège

Fiche conseil



Mardi
6
février



Hot-dog Party

api



Remise en température

Réchauffer
les saucisses hot-dog
et les potatoes
pendant **30 minutes**
sans couvercle à 150°C.



Dressage

Déposer la saucisse à
hot-dog dans le pain.



N'oubliez pas de réaliser vos
autocontrôles de températures.



Préparation

Ouvrir les pains à hot-dog en
les coupant dans le sens de
la longueur.



Service

Préparer les sauces ketchup
sur les tables.



Votre équipe API
 Restauration
 reste à votre
 disposition pour
 toute question.
 Bon service !



api

bonheur
culinaire

Ce midi, on fond pour la

raclette

Le mercredi 7 février

dans votre restaurant api !



Fiche conseil

Votre équipe API
Restauration reste à
votre disposition
pour toute question.
Bon service !

Mercredi
7
février



Raclette Party

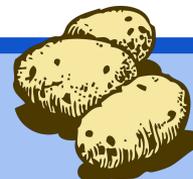
Préparation

Placer les tranches de fromage à raclette sur les pommes de terre.



Remise en température

Réchauffer les pommes de terre et le fromage à raclette pendant **50 minutes** sans couvercle à 110°C.



Dressage

Déposer le jambon blanc, la rosette et la salade verte dans les assiettes.



Service

Disposer les pommes de terre et le fromage fondu dans les assiettes.



Menus du 12 au 16 janvier

Légende :



Lundi 12 février	Mardi 13 février	Mercredi 14 février	Jeudi 15 février	Vendredi 16 février
<p>Salade de pépinettes</p>  	<p>Mélange de carottes et de choux blancs</p>  	<p>Salami et beurre</p>	<p>Friand au fromage</p>	<p>Haricots beurre à l'échalote</p> 
<p>Sauté de porc à la Dijonnaise</p>  	<p>FISH & CHIPS (Poisson façon meunière Citron en morceaux Frites au four)</p> 	<p>Émincé de cuisse de dinde sauce curry</p>  	<p>Parmentier de carottes et de pois du chef</p>  	<p>Allumettes de dinde façon carbonara</p> 
<p>Brocolis BIO à la vapeur</p>  	<p>Suisse BIO fruité</p> 	<p>Ratatouille Boulgour BIO</p>  		<p>Coquillettes BIO</p> 
<p>Cantal AOP</p>  		<p>Yaourt aromatisé régional</p> 	<p>Fromage blanc sucré</p>	<p>Emmental BIO râpé</p> 
<p>Flan nappé caramel</p>	<p>Beignet chocolat noisette</p> 	<p>Compote maison pommes BIO</p>  	<p>Fruit de saison</p> 	<p>Fruit de saison</p> 