

LA MARACUDJA

ou
FRUIT DE LA PASSION
est originaire du Brésil.
Il a été découvert
et ramené en Europe
par des conquistadors
espagnols à la fin du
XVI^{ème} siècle.
Son nom fait référence
à la passion du Christ !



LA NOIX DE COCO,
vient d'Asie du Sud-Est.
À la fin du XIII^{ème} siècle,
Marco Polo, découvre le fruit
qu'il surnomme la
«noix du pharaon».
Il la décrit douce comme
le sucre et blanche
comme le lait, et décide
alors de la ramener
en Europe.



LA PASTÈQUE,
originale d'Afrique
 australe, sa culture
 remonte à l'Égypte
 antique, où ce fruit
 était cultivé dans
 la Vallée du Nil.
 Peu à peu il a gagné
 les pays du pourtour
 méditerranéen.



Du 5 au 9 Novembre

Lundi 5 Nov.

Gouda
Spaghetti bolognaise & fromage
Ananas frais

USA

Mardi 6 Nov.

Salade coleslaw
Hamburger de veau au jus
ketchup & toastinette
Pommes-de-terre sautées
Cookies choco & nougatine
Pain hamburger

Jeudi 8 Nov.

Pastèque
Émincé de poulet sauce au lait de coco
Carottes béchamel
Gaufrette chocolat

Vendredi 9 Nov.

Soja & maïs en salade
Lasagne de saumon
Yaourt goyave

Du 12 au 16 Novembre

Lundi 12 Nov.

Carotte râpée vinaigrette
Couscous d'agneau & merguez
Légumes couscous & semoule
Flan coco

Mardi 13 Nov.

Saucisson à l'ail
Cordon bleu & ketchup
Poêlée campagnarde
Raisin rosé

Jeudi 15 Nov.

Salade d'agrumes
Hachis Parmentier
Biscuit tipo letche

Vendredi 16 Nov.

Samos
Saumon sauce Nantua
Pâtes torti nature
Ananas frais

LA PAPAYE,

trouve ses origines en Amérique
tropicale. Après la découverte du
nouveau monde, le papayer s'est
propagé à travers les continents.
Les indiens l'utilisaient
pour attendrir la viande.

Du 19 au 23 Novembre

Lundi 19 Nov.

Salade de chou rouge
Rôti de dinde sauce forestière
Lentilles à la créole
Velouté pêche-passion

Mardi 20 Nov.

Macédoine de légumes
Poissonnette & ketchup
Gratin de christophine
Génoise à l'abricot

Jeudi 22 Nov.

Salade de tomate basilic
Boeuf bourguignon
Carottes béchamel
Banane

Vendredi 23 Nov.

Salade de giraumon
Court-bouillon de dorade
Riz
Gâteau à la cannelle

Du 26 au 30 Novembre

Lundi 26 Nov.

Betterave & maïs en salade
Jambon de porc sauce au miel
Purée de pomme-de-terre
Biscuit tipo letche

Mardi 27 Nov.

Carotte râpée vinaigrette
Nuggets de poulet & ketchup
Petits pois aux lardons
Flan vanille nappé caramel

Jeudi 29 Nov.

Oeuf dur mayonnaise
Hamburger de veau sauce forestière
Poêlée campagnarde
Raisin rosé

Vendredi 30 Nov.

Concombre vinaigrette
Pimentade de dorade
Haricots rouges & dombres
Yaourt vanille

Du 3 au 7 Décembre

Lundi 3 Déc.

Chou blanc en salade
Émincé de poulet sauce Colombo
Purée de patate douce
Flan chocolat

Mardi 4 Déc.

Pâté en croûte
Poissonnette & ketchup
Carotte Vichy
Velouté aux fruits rouges

Jeudi 6 Déc.

Tomate au basilic
Rôti de porc au jus
Haricots verts persillés aux oignons pays
Gâteau à la cannelle

Vendredi 7 Déc.

Vache-qui-Rit
Paella de poisson
Petits légumes & riz safrané
Pastèque

Lundi 10 Déc.

Salade de carotte râpée
Couscous d'agneau & merguez
Légumes couscous & semoule
Flan vanille

Jeudi 13 Déc.

Salade de papaye verte
Hachis Parmentier
Orange

Mardi 11 Déc.

Saucisson à l'ail
Cordon bleu de volaille & ketchup
Printanière de légumes
Pomme golden

Vendredi 14 Déc.

Melon
Daube de thon
Riz créole
Fromage fondu à tartiner

Du 10 au 14 Décembre

Du 17 au 21 Décembre

Lundi 17 Déc.

Chou rouge vinaigrette
Rougail de saucisse
Lentilles à la créole
Yaourt nature sucré

Mardi 18 Déc.

Fromage à tartiner
Hamburger de boeuf au jus
Jardinière de légumes
Mandarines

Jeudi 20 Déc.

Pâté salé au poulet
Ragoût de porc
Pois d'angole & igname
Bûche pâtissière de Noël
Papillote au chocolat

Vendredi 21 Déc.

Concombre vinaigrette
Lasagne de saumon
Floup à la grenadine

LA MANGUE,

Originale des forêts de l'Inde, le
manguier est vénéré par les hindous,
c'est sous son ombrage que Bouddha
choisit de méditer. Cultivé depuis plus de
4000 ans, dès le XVI^{ème} siècle les arabes
l'introduisent en Afrique et les portugais
en Amérique centrale et du sud. C'est le
fruit le plus consommé au monde après
la banane. Chaque seconde 1 tonne de
mangues est produite dans le monde.

