



# La Semaine du Goût



Semaine 42



Lundi

Repas biologique

Salade de pois chiches  
bio au cumin

Sauté de porc bio  
à l'ananas\*

Haricots verts bio

Petit suisse bio  
aromatisé

Galette au beurre bio



Mardi

Taboulé

Filet de poulet  
tandoori

Purée de potiron  
à la noix de muscade

Carré frais 1/2 sel

Fruit

Mercredi

Tartare de courgettes  
à l'indienne

Steak de veau  
à l'ancienne

Petits pois  
et carottes

Tartare ail  
et fines herbes

Compote  
pomme-passion



Jeudi

Repas végétarien

Trio  
de crudités

Boulettes de soja  
sauce tomate basilic

Duo de pommes de terre  
et panais

Yaourt sucré

Fruit

Vendredi

Salade verte  
aux croûtons

Macaronis

à la carbonara de saumon  
et fruits de mer

Bûchette au lait de mélange  
(vache, chèvre)

Glace

Les saveurs



Salé



Acide



Sucré



Amer



Entrée



Plat principal



Légume Féculent



Produit laitier



Dessert



Repas sans viande :

Lundi : Quenelles à l'ananas  
Mardi : Papillote de poisson  
Mercredi : Colin à l'ancienne

Repas sans porc :

Présence de porc signalée par \*

Lundi : Sauté de volaille à l'ananas



« Hugo, le sucre en morceau » t'emmène à la découverte du goût :

Les cuisiniers vont te faire découvrir de nouvelles saveurs qu'on distingue grâce aux petites papilles présentes sur la langue.



Le salé : ressource inépuisable et exhausteur de goût;

Le sucré, extrait principalement de la betterave sucrière et de la canne à sucre, synonyme de douceur et plaisir :



L'amère, saveur que l'on retrouve dans le céleri, les asperges, les agrumes, le chocolat...;

L'acide, révélateur de goût prononcé dans tous les fruits rouges, les fruits exotiques et les agrumes ;

Au Japon on a découvert une cinquième saveur : l'umami, un goût puissant que l'on retrouve dans des ingrédients japonais, les aliments fermentés, les poissons marinés ou les champignons séchés.



Maintenant il n'y a plus qu'à déguster...

Choix de la semaine  
Entrée : Betteraves ciboulette  
Légume : Courgettes sautées

"Bio" : Issu de l'Agriculture biologique

Origine de nos viandes bovines  
- Bœuf : France

