

































2026

À TABLE!

Lundi 4 mai	Mardi 5 mai	Mercredi 6 mai	Jeudi 7 mai	Vendredi 8 mai
Betterave crue  	Concombre à la menthe  	Chou fleur en salade  	Carottes râpées  	
Soupe au pistou  	Rôti de porc   Salsifis-patates et carottes  	Poisson/semoule et fondue de poireau  	Risotto aux champignons  	Férialé
Yaourt 	Compote   	Fraises  	Compote   	
GOUTER :	GOUTER :	GOUTER :	GOUTER :	GOUTER :
Pain   confiture/fromage  banane 	Gâteau  /Yaourt et kiwi 	Pain /framboises/lait chaud au cacao  	Pain   fromage/mangue 	

Dans le cadre du règlement d'information aux consommateurs CE N°1169/2011, nous vous informons que les repas servis peuvent contenir les allergènes suivants : céréales (gluten), lupin, sésame, œuf, crustacés, arachide, soja, lait, moutarde, anhydride sulfureux ou sulfites (< 10mg/kg). Les viandes bovines sont d'origine française.

Production à moins de 60 km
Produit biologique
Appellation d'origine protégée
Indication géographique protégée
Poisson frais
Viande d'origine française
Plat cuisiné sur place
Produit issu du commerce équitable



Du pain frais, bio et local, préparé à base de farine semi-complète est servi quotidiennement lors des repas.

Recette du chef

ET SI ON RÉHABILITAIT LES SALSIFIS ? UN LÉGUME OUBLIÉ À REDÉCOUVRIR....

Les salsifis rôtis au beurre deviennent un accompagnement raffiné et fondant, parfait pour l'hiver.
Pour 4 personnes :

800 g de salsifis (scorsonères) ; 1 citron ; 25 g de beurre ; 2 cuillères à soupe de persil plat ciselé ; 1 pincée de sel

Éplucher les salsifis sous un filet d'eau froide et pour préserver leur blancheur, plonger les aussitôt dans un saladier d'eau froide citronnée. Cuire les salsifis à l'eau : porter à ébullition une grande casserole d'eau légèrement citronnée (avec l'autre moitié du citron) et faire cuire 20 minutes à partir de la reprise de l'ébullition. Égoutter. Dans une poêle antiadhésive, faire fondre le beurre. Y faire revenir les salsifis une dizaine de minutes à feu moyen, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Saler, parsemer de persil frais, et déguster sans attendre.

Vous pouvez aussi les rôtir directement au four après la précuisson, 20 min à 200 °C avec un peu de beurre fondu et de fleur de sel : un régal !

À servir avec un rôti de veau, un poulet fermier ou même un poisson blanc, pour un repas réconfortant et plein de douceur.



SERVICE ENFANCE ET FAMILLE

Pl. Jules-Pellissier • 13210 Saint-Rémy-de-Provence • Tél. 04 90 92 70 30 • enfance@ville-srdp.fr
www.mairie-saintremydeprovence.fr Ville Saint-Rémy-de-Provence sur Apple et Android

Menus susceptibles d'être modifiés en fonction de la disponibilité des produits et des stocks.

