



Les fêtes de fin d'année

Les fêtes de fin d'année débutent officiellement à partir du quatrième dimanche avant Noël (période de l'Avent) pour se terminer le six janvier (jour de l'Épiphanie). Ces fêtes, principalement marquées par les repas de Noël, du jour de l'an, et ceux des réveillons, font partie des grandes occasions de se retrouver en famille ou entre amis.

Ainsi, 95% des foyers avec enfants fêtent Noël, alors que le passage au nouvel an incite 75% des français, surtout les plus jeunes, à réveillonner. En restauration hors domicile, le repas de Noël est également attendu avec une certaine impatience. Ce jour particulier, malgré un surcroît de travail pour ceux qui en ont la charge, permet de casser la routine quotidienne et d'apporter une ambiance plus chaleureuse.

Cette année encore, la popularité de ces fêtes devrait donc, en dépit d'une conjoncture économique peu favorable, encourager bon nombre d'entre vous à renouer avec les traditions : Le sapin décoré, la bûche de Noël, les cadeaux et bien entendu les repas spéciaux élaborés pour la circonstance. Reste à savoir si vous serez l'hôte ou le convive ? En effet, on estime que 50% des français préfèrent recevoir alors que 49% apprécient d'être invités.

Bonnes fêtes de fin d'année.

Sandrine Rajaud

AIDOMENU scolaire

DÉCEMBRE 2014

Lundi

Mardi

Semaine 1

Champignons marinés	0,29
Fond d'artichaut calypso	0,30
Morue à la bisque de morand	0,68
Daube de joue de bœuf	1,01
Courgettes sautées	0,20
Riz pilaf	0,10
Édam	0,15
Coulommiers	0,16
Éclair chocolat	0,20
Clémentine	0,53

Total 1,81 €

Lentilles en salade	0,17
Carottes râpées BIO	0,27
Foie de veau poêlé	0,36
Rôti de porc aigre-doux	0,79
Navets au jus	0,11
Galettes de pommes de terre	0,40
Tendre bleu	0,26
Tomme blanche	0,15
Nage d'ananas	0,25
Pêches au sirop	0,19

Total 1,48 €

Semaine 2

Endives sauce gribiche	0,21
Flammeküêche tradition	0,49
Grenadin de veau marmiton	1,05
Blanc de poulet aux aïrelles	0,60
Potée aux pois cassés	0,14
Fondue d'épinards	0,22
Munster	0,23
Fromage carré	0,13
Mirabelles au naturel	0,21
Poire Doyenne du Comice	0,19

Total 1,73 €

Betteraves lanières mimosa	0,14
Chou rouge râpé	0,13
Bœuf bourguignon	1,04
Filet de perche en papillote	0,99
Pommes de terre vapeur	0,27
Salsifis persillés	0,23
Morbier	0,21
Livarot AOP	0,24
Litchis	0,36
Ile flottante	0,23

Total 1,92 €

Semaine 3

Potage crécy	0,14
Champignons aux herbes	0,29
Filet de loup sauce écrivisse	1,01
Escalope de veau panée	1,76
Pommes de terre au four	0,22
Fenouil braisé	0,29
Spécialité fromagère fouettée nature	0,16
Saint-nectaire	0,20
Banane	0,17
Mille-feuille	0,32

Total 2,27 €

Endives aux noix	0,20
Tarte du randonneur	0,26
Epaulé d'agneau aux artichauts	1,11
Rosbif dans son jus	1,17
Doré de grains de blé	0,21
Blettes à la tripe	0,23
Faïsselle fraîcheur	0,36
Chaurce	0,29
Entremets williamine	0,20
Pomme Fuji	0,16

Total 2,09 €

Semaine 4

Chou-fleur ravigote	0,16
Carottes et betteraves rouges	0,09
Filet de sandre sauce champagne	1,39
Hampe du berger	0,83
Coquillettes	0,07
Courgettes hollandaise	0,25
Carré fondu	0,12
Yaourt sucré	0,12
Kiwi	0,46
Ananas caramélisé	0,24

Total 1,87 €

Douceur de champignons	0,30
Soja au chèvre	0,34
Œufs à la florentine	0,53
Echine de porc suprême	0,65
Pommes de terre rissolées	0,21
Saint-paulin	0,18
Fromage frais	0,16
Feuilleté au miel	0,18
Litchis	0,36

Total 1,44 €

LÉGENDE

Légumes et fruits crus

Féculeux

Légumes et fruits cuits

Produits laitiers

Plats protidiques

Mercredi

Pâté de lapin	0,25
Pamplemousse rose	0,09
Filet de poulet au safran	1,02
Cabillaud sauce ciboulette	0,88
Mœlleux au quinoa	0,52
Beignets de brocolis	0,39
Bûche de chèvre	0,27
Cheddar	0,24
Pomme Golden	0,18
Rigodon noix et noisettes	0,18

Total 2,01 €

Jeudi

Tourte au topinambour	0,28
Mâche champêtre	0,18
Pilaw d'agneau mamours	1,31
Escalope de veau à la crème	1,73
Haricots verts extra fins	0,31
Pâtes papillon	0,07
Brillat-savarin	0,31
Gruyère	0,18
Banane	0,17
Compote d'abricot	0,21

Total 2,36 €

Vendredi

Chou bicolore	0,12
Semoule aux raisins	0,08
Steak haché	0,63
Dindonneau forestier	0,58
Panachés gourmands	0,46
Garniture de céleri	0,17
Yaourt brassé nature	0,21
Faisselle	0,35
Coupe cévenole	0,20
Orange	0,20

Total 1,49 €

Frisée aux mendiants	0,21
Terrine de potimarron et châtaignes	0,22
Mignon de porc lardé	1,20
Canard sauce miel	1,02
Printanière de légumes	0,21
Polenta aux asperges	0,35
Yaourt sucré	0,12
Fromage demi-sel	0,15
Entremets pistache	0,16
Pomme Golden	0,18

Total 1,91 €

Galantine de volaille	0,26
Crudités d'hiver	0,13
Filet de lieu du littoral	0,60
Gigot aux deux poivres	1,19
Coudes rayés	0,07
Courgettes provençales	0,25
Emmental	0,16
Pyramide cendrée	0,33
Kiwi	0,46
Mosaïque de fruits	0,26

Total 1,85 €

Concombre aux olives	0,19
Poireaux mousseline	0,21
Omelette aux cèpes	0,43
Sauté de veau marengo	1,45
Cardons à la sauge	0,32
Riz basmati	0,15
Cantal	0,34
Petits-suisse au sucre	0,29
Cake rose	0,40
Carpaccio d'orange	0,22

Total 2,00 €

Taboulé de quinoa	0,24
Carottes râpées	0,13
Poulet rôti	0,74
Lasagnes au tofu et épinards BIO	1,05
Petits pois aux oignons	0,23
Yaourt nature	0,14
Fromage blanc abricot	0,18
Ananas frais	0,20
Cocktail délice	0,28

Total 1,59 €

Haricots verts du Nord	0,31
Avocat vieille	0,39
Bœuf à la mode	1,05
Filet de sole amiral	0,98
Polenta sylvestre	0,42
Soufflé de potiron	0,37
Pont-l'évêque	0,19
Bleu de France	0,30
Orange	0,20
Barre bretonne	0,11

Total 2,15 €

Mâche vitaminée	0,17
Rillettes de maquereau	0,44
Pintade au chou	1,10
Jambon sauce béchamel	0,51
Gnocchi de semoule	0,19
Yaourt aromatisé	0,13
Camembert	0,12
Crêpe au chocolat	0,23
Poire Conférence	0,17

Total 1,53 €

Menu à thème

Concombre à la crème	0,24
Céleri rémoulade	0,21
Åxoà de veau	1,20
Blanquette de poisson	0,71
Navets glacés	0,12
Riz sauvage	0,38
Bleu d'Auvergne	0,18
Fournols	0,21
Poires en salade	0,20
Ile flottante choco-coco	0,30

Total 1,87 €

Aspic au saumon	0,40
Endives festives	0,90
Sauté de cerf grand veneur	1,06
Filet de poulet sauce noisette	0,65
Purée de marrons à l'ancienne	0,85
Poireaux en vol-au-vent	0,44
Mont-d'Or	0,29
Beaufort	0,45
Gratin de fruits	0,34
Bûche de Noël pralinée	0,36

Total 2,87 €

Tartare pamplemousse avocat	0,16
Macédoine argenteuil	0,24
Paleron aux aromates	0,82
Mitonnée d'agneau	1,37
Choux de Bruxelles	0,21
Maroilles	0,45
Fromage blanc nature portion	0,16
Tapioca à la mangue	0,13
Pomme Starking	0,18

Total 1,86 €

Aspic au saumon



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°1872

• Ingrédients pour 100 13/15 ans

	Quantité	PU	Total
Filet de saumon keta sg 0,5/1 kg	4,000 KG	6,06	24,24
Eau	4,000 LT	-	-
Fumet de poisson bt 900 g	0,080 KG	15,17	1,21
Eau	4,000 LT	-	-
Gelée claire bt 1 kg	0,200 KG	7,85	1,57
Cœufs de lump noirs 350 g	0,400 KG	7,00	2,80
Cœuf dur écalé alvéole 43-53	25,000 UN	0,15	3,75
Mayonnaise seau 5 lt	1,500 KG	1,53	2,30
Ciboulette sg 250 g	0,050 KG	4,00	0,20
Citron jaune cal moyen (5 et 6)	1,000 KG	3,71	3,71

• Mise en œuvre

- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les citrons. Canneler, détailler en rondelles, réserver.
- Pocher le filet de saumon dans le fumet de poisson dispersé au fouet dans la quantité d'eau bouillante ou froide nécessaire. Egoutter, refroidir, détailler en morceaux, réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C).
- Rincer, égoutter les œufs durs, détailler en quatre sur la longueur. Réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C).
- Délayer la gelée claire dans la quantité d'eau froide nécessaire, porter à ébullition lentement. Verser une couche fine de gelée au fond des moules, refroidir.
- Disposer dans les moules les œufs de lump noirs puis ajouter de nouveau une couche de gelée. Lorsque la deuxième couche de gelée est prise, disposer une tranche d'œuf dur puis le saumon. Recouvrir de gelée, refroidir, réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C).
- Démouler en trempant les récipients dans l'eau chaude quelques secondes. Dresser, accompagner d'une rosace de mayonnaise parsemée de ciboulette et d'une rondelle de citron au départ.

• Coût portion 74 g = 0,398 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 196	Protéines : 9,9 g
Kjoules : 820	Glucides : 1,3 g
	Lipides : 16,7 g

Filet de poulet sauce noisette



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°3950

• Ingrédients pour 100 13/15 ans

	Quantité	PU	Total
Filet de poulet sg 80/120 g	12,000 KG	4,61	55,32
Margarine de cuisine 500 g	0,240 KG	1,04	0,25
Huile de tournesol 5 lt	0,240 LT	1,23	0,30
Echalote coupée sg 250 g	0,180 KG	2,48	0,45
Eau	5,000 LT	-	-
Bouillon de volaille bt 1,4 kg	0,100 KG	7,37	0,74
Beurre doux 250 g	0,650 KG	4,43	2,88
Noisette entière émondée 1 kg	0,650 KG	7,14	4,64
Sel fin 1 kg	0,030 KG	0,24	0,01
Poivre blanc moulu 1 kg	0,005 KG	10,80	0,05

• Mise en œuvre

- Rissoler dans le mélange de matières grasses frémisantes les filets de poulet. Assaisonner, plaquer dans des gastronomes pleins, réserver.
- Travailler le beurre en pommade avec les noisettes préalablement grillées et concassées, réserver.
- Suer les échalotes, mouiller du bouillon de volaille dispersé au fouet dans la quantité d'eau bouillante ou froide nécessaire, cuire 3 minutes. Arroser les filets de poulet du bouillon de volaille, cuire à four modéré (160/180 °C) 15 minutes environ. Filtrer le jus de cuisson, réserver les filets de poulet au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Faire réduire le jus de cuisson, ajouter le beurre aux noisettes en fouettant énergiquement pour lier la sauce. Réserver au bain-marie (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Dresser les filets de poulet, napper de sauce aux noisettes au départ.

• Coût portion 110 g = 0,646 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 282	Protéines : 27,6 g
Kjoules : 1180	Glucides : 0,4 g
P/L : 1,5	Lipides : 18,7 g

Purée de marrons à l'ancienne



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°9832

• Ingrédients pour 100 13/15 ans

	Quantité	PU	Total
Marrons pelés sg 1 kg	13,500 KG	5,62	75,87
Beurre doux 250 g	0,150 KG	4,43	0,66
Huile de tournesol 5 lt	0,150 LT	1,23	0,18
Oignon émincé sg 2,5 kg	0,760 KG	0,95	0,72
Carottes rondelles cuites sg 2,5 kg	1,500 KG	1,05	1,58
Vin de table blanc 11° 1 lt	0,200 LT	1,48	0,30
Eau	2,300 LT	-	-
Jus de rôti déshydraté bt 750 g	0,120 KG	18,63	2,24
Ail émincé sg 250 g	0,045 KG	3,41	0,15
Crème liquide 35% UHT brique 1 lt	1,200 LT	2,79	3,35
Sel fin 1 kg	0,045 KG	0,24	0,01
Poivre blanc moulu 1 kg	0,008 KG	10,80	0,09
Persil haché sg 250 g	0,040 KG	3,00	0,12

• Mise en œuvre

- Déconditionner les marrons pelés dans des gastronormes perforés, cuire à four vapeur 8 minutes environ. Réserver.
- Suer dans le mélange de matières grasses frémissantes les oignons et les carottes. Déglacer vin blanc, mouiller du jus de porc dispersé au fouet dans la quantité d'eau bouillante ou froide nécessaire. Ajouter les marrons et l'ail, assaisonner, mijoter 10 minutes à couvert. Ecraser grossièrement, crémier, rectifier l'assaisonnement. Réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Dresser la purée de marrons, parsemer de persil au départ.

• Coût portion 201 g = 0,853 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 343	Protéines : 4,2 g	Fibres : 6,6 g
Kjoules : 1435	Glucides : 60,3 g	
	Lipides : 9,3 g	

Gratin de fruits



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°9833

• Ingrédients pour 100 13/15 ans

	Quantité	PU	Total
Pomme Reinette cal 75/80	3,500 KG	1,60	5,60
Poire abate fetel cal 65/70	3,500 KG	2,25	7,88
Kiwi 39 pièces/plateau	3,500 UN	0,23	0,81
Banane cat 1	3,500 KG	1,10	3,85
Jus de citron concentré 1 lt	0,210 LT	1,50	0,32
Oeuf jaune liquide 1 lt	1,100 LT	4,78	5,26
Sucre semoule sac 1 kg	0,700 KG	0,99	0,69
Mascarpone pot 250 g	1,200 KG	6,13	7,36
Cannelle moulue bt 1 lt	0,008 KG	7,78	0,06
Arôme vanille liquide 1 lt	0,110 LT	4,24	0,47
Rhum pâtissier 40° 1 lt	0,025 LT	2,08	0,05
Oeuf blanc liquide 1 lt	0,630 KG	2,51	1,58

• Mise en œuvre

- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les fruits. Eplucher, détailler en tranche les pommes et les poires, couper en rondelles les kiwis et les bananes. Mélanger, citronner, dresser dans les récipients choisis. Réserver.
- Monter au batteur-mélangeur le blanc d'oeuf liquide en neige ferme. Réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C).
- Battre au batteur-mélangeur le jaune d'oeuf liquide et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse, ajouter le mascarpone, la cannelle, l'arôme liquide de vanille et le rhum. Incorporer délicatement l'oeuf battu en neige. Napper les fruits, cuire à four moyen (160/170 °C) 15 minutes environ. Refroidir, réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C) jusqu'au moment du service.

• Coût portion 130 g = 0,339 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 178	Protéines : 3,6 g	Lipides : 8,7 g
Kjoules : 745	Glucides : 20 g	Fibres : 2,5 g
	Dont sucre : 18,9 g	