

Le plat phare en  
restauration scolaire



#### Plat complet

Non Végétarien  Végétarien  Non végétarien, pauvre en protéine

#### Apport en graisse

Qualité :  Faible  
Quantité :  Faible

Moyenne  Intéressante  
 Moyenne  Importante

#### Apport en protéine à compléter avec les périphériques du menu

Pas nécessaire

Recommandé...

> Pour compléter avec  
des protéines d'origines  
animales, utiliser :

- Œufs
- Lait ou laitage
- Fromage
- L'un des 3, au choix

> Pour compléter avec  
des protéines d'origines  
végétales, utiliser :

- Céréales
- Légumineuses
- Graines

## PLAT COMPLET

# PARMENTIER DE BŒUF et Boursin® Cuisine

🕒 Préparation : 20 min - Cuisson : 20 min € Prix de revient unitaire HT estimé par portion produite : 0,98 €

### INGRÉDIENTS

pour environ 100 adolescents ou 120 enfants en primaire

- 3,5 kg de purée de pommes de terre en flocons
- 21 l d'eau
- 12 kg d'égrené de bœuf surgelé 15 % M.G.
- 250 ml d'huile de tournesol
- 15 g de poivre
- 2 kg de **Boursin® Cuisine**
- 1 kg de chapelure



### ASTUCE

Surprenez vos convives avec la gourmandise de **Boursin® Cuisine**.

### PROGRESSION DE LA RECETTE

1. Réhydrater la purée avec l'eau selon les recommandations du fournisseur.
2. Colorer la viande avec l'huile.
3. Hors du feu, poivrer et incorporer le **Boursin® Cuisine**.
4. Dans un bac gastronomique, mettre une couche de purée, recouvrir de viande et terminer par une couche de purée.
5. Saupoudrer de chapelure et mettre au four pendant 20 min à 170 °C.



#### Rations recommandées

Pour un enfant en primaire : 250 g/pers.  
(dont 70 g de part prot)

Pour un adolescent en collège / lycée : 250 - 300 g/pers.  
(dont 100 - 120 g de part prot)

#### Valeurs nutritionnelles pour 100 g

Valeurs énergétiques : 542,07 kJ / 128,92 kcal - Matières grasses : 6,98 g dont acides gras saturés : 2,90 g - Glucides : 8,98 g dont sucres : 0,77 g - Protéines : 7,29 g - Sel : 0,22 g - Calcium : 13,66 mg