

Les groupes d'aliments

Semaine 49

-  Entrée
-  Plat principal
-  Légume Féculent
-  Produit laitier
-  Dessert

Lundi

- Salade de blé tex mex vinaigrette
- Moqueca de colin
- Haricots beurre persillés
- Fromage blanc sucré
- Fruit

Mardi

- Betteraves vinaigrette
- Nuggets de poulet
- Purée de Potiron
- Munster (coupe)
- Fruit

Mercredi

- Salade waldorf
- Steak de veau sauce marengo
- Riz aux petits légumes
- Petit moulé nature
- Flan vanille nappé caramel

Jeudi

- Coleslaw
- Gratin de coquillettes aux dés de jambon*
- Yaourt aromatisé bio
- Chookie aux pépites de chocolat



Vendredi

Repas bio végétarien

- Salade verte bio
- Tajine de pois chiches bio
- Semoule bio
- Edam bio
- Purée de fruits bio du chef

- Fruits et Légumes
- Viandes, poisson oeufs
- Féculents
- Matières grasses
- Produits laitiers
- Produits sucrés

Repas de substitution :





- Mardi : Nuggets de poisson
- Mercredi : Quenelle de brochet sauce paprika
- Jeudi : Omelette et Gratin de coquillettes

Repas sans porc :

- Jeudi : Gratin de coquillettes aux dés de volaille

Présence de porc signalée par *

Légende

-  Produit issu de l'agriculture biologique
-  Produit de saison
-  Produit local
-  Dessert du chef



Ce vendredi, le chef te propose une purée de fruits maison. Tu vas te régaler !



Tu peux aussi t'amuser à préparer une compote de fruits. Il te faudra éplucher les fruits et les couper en petits dés. Mettre les fruits dans une casserole avec un peu d'eau. Couvrir et faire cuire à feu doux pendant environ 20 minutes en remuant de temps en temps. Quand les fruits sont assez tendres, les verser dans le bol d'un blender puis mixer.

Choix de la semaine

- Entrée : Potage de légumes
- Légume : Purée d'épinards



Compte-tenu du contexte actuel difficile en termes d'approvisionnements en produits alimentaires, les menus sont exceptionnellement à titre indicatif

Tous nos plats sont susceptibles de contenir les 14 allergènes suivants : céréales contenant du gluten (seigle, blé, orge, avoine, épeautre, kamut), crustacés, oeufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites, lupin et mollusques. Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires, qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement.