

MENU ENFANTS

Du lundi 20 au vendredi 24 janvier 2025



LUNDI

Potage crème Dubarry "maison"
Bjô (lait Bio, chou-fleur, poireaux, pommes de terre)

Sauté de porc, sauce Marengo
(champignons, ail, laurier, oignons, thym, tomate)

haricots verts persillés

Fromage

Poire de Pays



MARDI

Céleri rémoulade
(céleri, œufs, moutarde, persil, salade)

Fish & chips, sauce tartare
(câpres, cornichons, moutarde, œufs Bio) Bjô

Frites

Flan "maison"



LA STAR DE LA SEMAINE

LE RIZ

Le riz est une part très importante de l'alimentation en Asie et en Afrique, mais aussi dans le reste du monde. Cette graine contient beaucoup d'amidon, un glucide complexe apportant de l'énergie à l'organisme.

Les bienfaits du riz sur l'organisme sont nombreux : il est source de fibres, vitamines (B1, B3 et B5) et minéraux (potassium, magnésium, phosphore) ; il permet une meilleure absorption et assimilation des nutriments (notamment de ceux des fruits et légumes) ; il permet de diminuer la consommation de graisses saturées ; il est bon pour la ligne car il offre un fort pouvoir de satiété et est pauvre en lipide ; riche en fibre, il permet une bonne régulation de l'organisme au niveau digestif. Il permet de diminuer le risque de maladies cardiovasculaires, l'obésité, le diabète et la diarrhée.



MERCREDI

Salade Bretonne
(chou-fleur, pommes de terre, haricots verts, carottes, ciboulette, moutarde)

Sauté de veau au curry
(oignons, curry, lait coco)

Riz Madras

Bjô (riz Bio, amandes, laurier, oignons, raisins secs, thym)

Fromage

Génoise au chocolat, crème anglaise



JEUDI

Potage de légumes de saison "maison"
(céleri, carottes, poireaux, oignons, pommes de terre)

**Filet de cabillaud ,
sauce hollandaise aux tomates concassées**
(beurre, citron)

Purée d'épinards

Fromage

Banane



VENDREDI

Salade Dame blanche
(céleri, chou blanc, estragon, œuf, moutarde, salade)

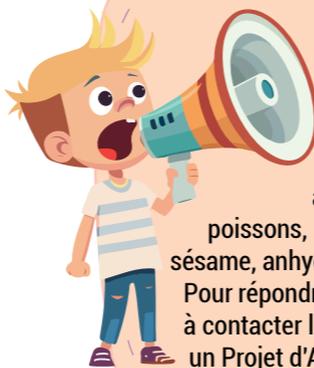
Omelette au fromage, sauce espagnole
Bjô (œufs Bio, emmental) (ail, huile d'olive, oignons, poivrons, tomate)

Pâtes papillon

Fromage blanc sucré



ALLERGIES



Les plats proposés sont susceptibles de contenir un ou plusieurs des 14 allergènes à déclaration obligatoire du règlement n°1169 / 2011 du 25 octobre 2011 (liste des allergènes : céréales contenant du gluten, crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coques, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin, mollusques).

Pour répondre à vos préoccupations et obligations, nous vous invitons à contacter la médecine scolaire et le directeur de l'école afin d'établir un Projet d'Accueil Individualisé avec notre service.

TRAÇABILITÉ

Nous privilégions les filières locales et fermières et l'origine française de nos produits. "Notre établissement scolaire fournit des produits laitiers subventionnés par l'Union Européenne dans le cadre du régime européen de distribution de lait aux écoles".



Les mets soulignés et en gras peuvent être allergènes chez certaines personnes