



# Menu ENFANTS

SEMAINE DU 22 AU 26 JUILLET 2024



LUNDI

**Concombres au cantadou**   
**Sauté de bœuf à la provençale** aux olives  
(ail, laurier, oignons, olives vertes, persil, tomate, thym)  
 Frites  
**Fromage blanc Bio sucré**

MARDI

**Betteraves vinaigrette**  
**Filet de poisson** du marché,  
**sauce crème**  
 Carottes persillées & pommes de terre  
**Fromage**  
**Kivi**

MERCREDI

**Pastèque**  
**Œufs durs Bio**, sauce au curry  
(ail, curry, laurier, oignons, persil, thym)  
**Purée d'épinards**   
**Esquimau**

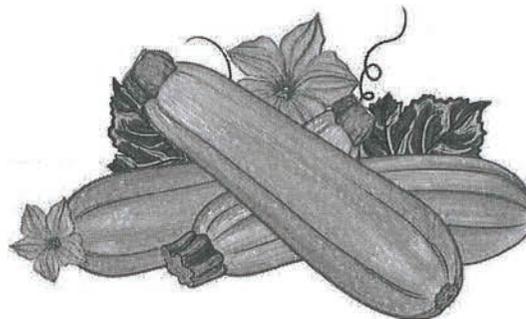
JEUDI

**Salade savoyarde**   
(salade verte, graines de pavot, moutarde, persil, emmental, lardons, croûtons)  
**Lasagnes de légumes « maison »**  
(lait Bio, ail, courgettes, aubergines, poivrons, oignons, emmental, huile d'olive, origan, tomates)  
**Fromage**  
**Pêche**

VENDREDI

**Salade de haricots blancs**  
(tomates, concombres, feta)  
**Poisson pané, sauce tartare « maison »**  
(œufs Bio, câpres, cornichons, moutarde)  
**Gratin de courgettes**   
**Abricots**

SAMEDI



## La star de la semaine c'est :

### LA COURGETTE

La courgette, comme toutes les Cucurbita, est originaire des Amériques ; des sélections successives ont abouti au XVIII<sup>e</sup> siècle, en Italie, à la « courgette »

C'est une plante herbacée de la famille des Cucurbitaceae, c'est aussi le fruit comestible de cette plante. La courgette est un légume courant en été, la fleur de courgette est aussi utilisée en cuisine.

Bonne pour les os et contre la tension artérielle. Ses bonnes teneurs en potassium, mais aussi en magnésium et en calcium, aux vertus alcalinisantes, neutralisent l'excès d'acidité dans l'organisme. Un bonus pour les os ! Le potassium aide également à réduire la tension artérielle.

## 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».

## 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.