



Menu ENFANTS

SEMAINE DU 29 JUILLET AU 2 AOÛT 2024



LUNDI

Melon



Poulet fermier de Bréauté à la catalane

(ail, laurier, fond de volaille, citron, oignons, tomate, thym)

Haricots beurre & flageolets persillés

Fromage



Yaourt fermier aux fruits



MARDI

Salade de lentilles au cantadou

(lentilles vertes Bio, oignons, persil, salade)



Oufs durs Bio



sauce à la crème safranée

(crème fermière Bio, échalotes, piment de Cayenne, safran de Pays)



Chou-fleur au gratin



Fromage

Nectarine

MERCREDI



Carottes râpées



Sauté de veau au curry

(crème fermière Bio, curry, carottes, clous de girofle, oignons, poireaux)



Riz Pilaff

(laurier, oignons, thym)

Génoise, confiture & crème anglaise



JEUDI

Salade Waldorf

(céleri, pommes, raisins)



Filet de cabillaud, sauce moutarde



(crème fermière Bio, échalotes, moutarde à l'ancienne)

Crumble aux céréales & légumes de saison

(légumes de saison, céréales, emmental, ail, haricots blanc, noisettes, oignons, tomates)

Fromage

Prunes de saison

VENDREDI

Salade grecque à la feta

(tomates, ail, poivrons, moutarde, concombres, courgettes, olives, oignons, feta)



Rôti de bœuf

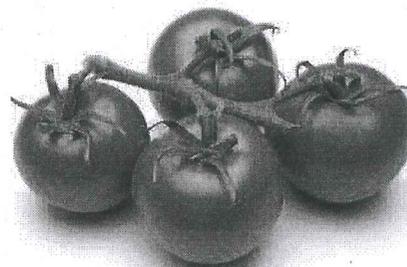
Carottes & pommes de terre

Fromage

Flan parisien aux abricots



SAMEDI



La star de la semaine c'est :

LA TOMATE

La tomate est une espèce de plantes herbacées du genre Solanum de la famille des Solanacées, originaire du Nord-Ouest de l'Amérique du Sud, largement cultivée pour son fruit. La tomate se consomme comme un légume-fruit, crue ou cuite. Riche en vitamines A, C et en lycopène, la tomate est une cure de jouvence à elle toute seule. Ces composants à l'effet antioxydants préservent les cellules de l'effet délétère des radicaux libres, et les protègent du vieillissement prématuré ainsi que de la survenue de certains cancers. Son pigment rouge (lycopène) est un allié bonne mine par excellence, et protège notre peau des effets néfastes des ultra-violets. Riches en fibres douces, les tomates sont parfaites pour réguler le transit intestinal et favoriser la satiété.

Traçabilité :

Nous privilégions les légumes locaux et fermiers 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.



Réseau des villes associées
au Programme National
Nutrition Santé.
www.villeactivepnns.fr