

Les groupes d'aliments

Fruits et Légumes

Viandes, poisson oeufs

Féculents

Matières grasses

Produits laitiers

Produits sucrés

Semaine 20



Lundi

Repas végétarien

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

Céleri rémoulade

Parmentier de lentilles

Samos

Liégeois au chocolat

Mardi

Salade de pommes de terre mayonnaise

Nuggets de poulet

Carottes persillées

Gouda

Fruit

Mercredi



Jeudi

Betteraves

Sauté de porc* à la moutarde

Petits pois

Pointe de Brie (coupe)

Fruit

Vendredi

Salade iceberg

Cubes de colin panés aux 3 céréales

Epinards à la crème

Yaourt sucré

Clafoutis à la fleur d'oranger

Repas de substitution :

- Mardi : Nuggets de poisson
- Jeudi : Omelette

Repas sans porc

- Jeudi : Omelette

Présence de porc signalée par *

Légende

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

« François, le petit pois » t'informe :



Le petit pois, aussi appelé pois potager, est l'un des plus vieux légumes cultivés en Europe et en Asie.

Vert et croquant, il a un goût légèrement sucré, pourtant on ne le mange quasiment que dans des préparations salées.

Connu cuit dans les plats traditionnels, le petit pois se déguste aussi cru comme une gourmandise.

Il en existe deux variétés : à écosser et mange-tout.

Le petit pois est concentré en fibres, en protéines et en vitamines B. Ses qualités nutritionnelles en font un aliment de plaisir et de bien-être.



Choix de la semaine

Entrée : Macédoine mayonnaise
 Légume : Courgettes



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.

Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier et connaître les conditions tarifaires spécifiques.