

Semaine 22



Lundi

Salade de riz arlequin

Rôti de dinde au jus

Chou-fleur béchamel

Petit moulé ail et fines herbes

Fruit



Mardi

Repas végétarien

Tarte au fromage

Nuggets de blé

Courgettes à la provençale

Yaourt aromatisé

Pompon chocolat

Mercredi

Carottes rapées

Bœuf aux oignons

Semoule

Mimolette

Maestro vanille



Jeudi

Repas biologique

Salade de tomates bio

Gratin de coquillettes bio aux dès de jambon*

Yaourt sucré bio

Fruit bio

Vendredi

Salade iceberg

Brandade de poisson

Camembert (coupe)

Mousse au chocolat bio

Les groupes d'aliments

Fruits et Légumes

Viandes, poissons oeufs

Féculents

Matières grasses

Produits laitiers

Produits sucrés

Repas de substitution :

- Lundi : Calamars à la romaine
- Mercredi : Colin aux oignons
- Jeudi : Poisson pané + ketchup et coquillettes

Repas sans porc :

- Jeudi : Gratin de coquillettes aux dès de volaille

Présence de porc signalée par *

Légende

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

La grande famille des féculents

La famille des féculents regroupe l'ensemble des produits sources de glucides (sucres) dits complexes.

On distingue 3 types de denrées alimentaires :

les **céréales** : blé, riz, avoine, ... et tous les produits qui en sont issus comme les farines, le pain, les pâtes, ...

les **légumes secs** (aussi appelés légumineuses) : haricots, fèves, lentilles, ...

les **pommes de terre ou autres tubercules** (panais, patates douces, ...) ainsi que l'ensemble des produits transformés qui en découlent comme la purée, les frites, ...

Ils jouent un rôle très important car ils représentent un véritable carburant pour l'organisme auquel ils fournissent de l'énergie progressivement tout au long de la journée.

Choix de la semaine

Entrée : Concomres à la crème
Légume : Haricots beurre

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.

