

Semaine 37

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi
Repas bio végétarien

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

Salade italienne vinaigrette 

Cordon bleu 

Epinards à la crème 

Petit moulé ail et fines herbes

Fruit 

Radis / Beurre 

Poisson sauce citron 

Purée de pommes de terre

Yaourt sucré

Moelleux fourré chocolat



Concombres à la menthe

Boulettes de bœuf sauce forestière 

Riz bio 

Camembert (coupe)

Purée de fruits

Salade verte bio 

Tortellonis bio pomodoro mozzarella sauce provençale 

Gouda bio 

Clafoutis chocolat bio du chef 

Fruits et Légumes

Viandes, poisson oeufs

Féculents

Matières grasses

Produits laitiers

Produits sucrés

Repas de substitution :

- Lundi : Aiguillettes de saumon meunière
- Jeudi : Quenelles de brochet sce forestière

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 **potatoes 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 : Tomates à croquer
Légume : Ratatouille



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.