



Menus

des restaurants scolaires



Stéphanie MATHIEU
Diététicienne



Semaine du 30 septembre au 6 octobre 2019

	Lundi 30	Mardi 1 ^{er}	Mercredi 2	Jeudi 3	Vendredi 4
Hors d'œuvre 	<u>Repas veggie</u> Salade de betteraves cuites bio 	Salade verte	Salade piémontaise maison	Salade de tomate au basilic	Roulé au fromage
Plat 	<u>Steak de soja</u> tomate basilic	Lasagnes bolognaises	Rôti de veau	Sauté de porc charcutier Sp : sauté de volaille	Filet de lieu sauce safran
Accompagnement 	Petits pois/carottes	/	Epinards béchamel	Lentilles	Gratin de brocolis bio
Laitages 	Fromage blanc vanillé	Morbier	Chanteneige	Carré de l'est	Yaourt nature
Dessert 	Fruit frais	Compote pomme banane	Fruit frais bio 	Crème dessert bio au chocolat 	Fruit frais
Goûter 	Brioche fourrée chocolat Lait nature	Pain /beurre Confiture Fruit frais	Pain Pâte à tartiner Ananas au sirop	Gaufre Fruit frais	pain de campagne Samos Jus de raisin

C:\Users\smathieu\Desktop\Menus oct-nov 2019\W1-Stains-menus scolaires¢res-octobre à novembre 2019.doc

i Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque.
P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.



Menus

des restaurants scolaires

Semaine du goût 2019
Marché d'automne



Stéphanie MATHIEU
Diététicienne

Semaine du 7 au 13 octobre 2019



	Lundi 7	Mardi 8	Mercredi 9	Jeudi 10	Vendredi 11
Hors d'œuvre 	Endives et batavia croûtons et noix 	Repas veggie <i>Salade harmonie</i>	Velouté panais et potimarron 	Carottes râpées bio et pomme 	Radis râpé vinaigrette à l'échalote
Plat 	Filet de colin meunière citron	Omelette aux fines herbes	Poulet rôti aux fines herbes	Bœuf bourguignon	Blanquette de poisson
Accompagnement 	Haricots beurre	Beignets de salsifis 	Tortis 3 couleurs	Purée de pomme de terre vitelotte 	riz bio
Laitages 	 Fromage blanc bio et crème de marron	Comté AOP 	Brie	Fromage frais ail et fines herbes	St Nectaire
Dessert 	 Spéculoos	Raisin	Pomme de proximité	Tarte prune amande 	Poire de proximité
Goûter 	Pain / Crème de gruyère Fruit frais	Croissant Yaourt à boire	Pain au lait Miel Lait nature	Pain / beurre Chocolat noir Fruit frais	Petits beurre Compote pomme vanille

C:\Users\smathieu\Desktop\Menus oct-nov 2019\W11-Stains-menus scolaires¢res-octobre à novembre 2019.doc



Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque.

P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.



Menus

des restaurants scolaires



Stéphanie MATHIEU
Diététicienne

Semaine du 14 au 20 octobre 2019



	Lundi 14	Mardi 15	Mercredi 16	Jeudi 17	Vendredi 18
Hors d'œuvre 	Salade Marco polo	Salade iceberg	Potage lentilles corail	<i>Repas veggie Pomelo</i>	Concombre et maïs bio à la crème
Plat 	Steak haché moutarde	Brandade de morue	Sauté d'agneau	<i>Couscous de légumes aux fèves de soja</i>	 Filet de hocky à la matelote
Accompagnement 	Haricots panachés	/	Gratin de chou-fleur bio 	/	Flan de courgettes et pomme de terre
Laitages 	Petit suisse aromatisé aux fruits	Emmental	Chèvre frais	<i>Fromage blanc</i>	Camembert bio
Dessert 	Fruit frais bio 	Pêche au sirop	Fruit frais	<i>Palmier</i>	Fruit frais
Goûter 	Pain Samos Jus d'orange	Pain / beurre Confiture Fruit frais	Duo moelleux chocolat Yaourt à boire	pain de mie Pâte à tartiner Fruit frais	Chausson aux pommes Lait nature

C:\Users\smathieu\Desktop\Menus oct-nov 2019\W1-Stains-menus scolaires¢res-octobre à novembre 2019.doc



Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque.

P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.



Menus

des centres de loisirs



Stéphanie MATHIEU
Diététicienne

Semaine du 21 au 27 octobre 2019



	Lundi 21	Mardi 22	Mercredi 23	Jeudi 24	Vendredi 25
Hors d'œuvre 	Salade verte	<u>Repas veggie</u> Œufs durs mayonnaise	Salade de betteraves cuites	Carottes râpées vinaigrette au citron	Potage de légumes
Plat 	Saucisse de volaille ket-chup	<u>Pizza bio aux 4 légumes</u> 	Veau marengo	Escalope de dinde bio sauce normande 	Filet de cabillaud au citron
Accompagnement 	Frites	<u>Salade verte</u>	Spaghetti bio 	Brocolis	Riz aux petits légumes
Laitages 	Port salut	<u>Yaourt aux fruits mixés</u>	Bûche du pilât	St Môret	Yaourt nature
Dessert 	Compote pomme fraise	<u>Fruit frais</u>	Fruit frais	Eclair au chocolat	Fruit frais bio
Goûter 	pain de campagne Kiri Fruit frais	Beignet Jus de pomme	Pain / beurre Chocolat au lait Lait nature	Pain / beurre Confiture Fruit frais	Croissant Coupelle fruits au sirop

Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque.

P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.

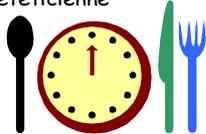


Menus

des centres de loisirs



Stéphanie MATHIEU
Diététicienne



Semaine du 28 octobre au 3 novembre 2019

	Lundi 28	Mardi 29	Mercredi 30	Jeudi 31	Vendredi 1 ^{er}
Hors d'œuvre 	Céleri rémoulade	Salade verte	Rillettes de thon	<u>Repas veggie</u> Carottes râpées et maïs bio 	F
Plat 	Rôti de bœuf sauce Bercy	Lasagnes de saumon	Poulet sauce suprême	Nuggets de blé / ketchup	E
Accompagnement 	Beignets de courgettes	/	Duo chou-fleur et romanesco	Purée de potiron	R
Laitages 	Petit suisse	Coulommiers	Gâteau de semoule	Babybel	I
Dessert 	Fruit frais	Compote de pomme bio 	Fruit frais	Glace à l'eau	E
Goûter 	Pain kiri Jus d'ananas	Brioche aux pépites de chocolat Fruit frais	Gaufre Lait nature	pain de mie Beurre/miel Fruit frais	

Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque.

P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.

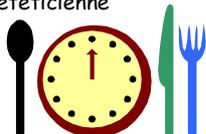


Menus

des restaurants scolaires



Stéphanie MATHIEU
Diététicienne



Semaine du 4 au 10 novembre 2019

	Lundi 4	Mardi 5	Mercredi 6	Jeudi 7	Vendredi 8
Hors d'œuvre 	Salade verte	<i>Repas veggie</i> <i>Crêpe au fromage</i>	Salade de haricots verts	Radis râpé vinaigrette	Potage crécy (pomme de terre/carotte)
Plat 	Hachis Parmentier	<i>Omelette nature</i>	Sauté de bœuf aux olives	Rôti de porc à la moutarde <i>Sp : rôti de dinde</i>	Filet de lieu au citron
Accompagnement 	/	<i>Petits pois</i>	Haricots blancs	Riz bio pilaf 	Epinards bio à la crème
Laitages 	Tomme blanche	<i>Yaourt aromatisé</i>	Mimolette	Fromage blanc	Samos
Dessert 	Cubes de poires au sirop	<i>Fruit frais bio</i> 	Fruit frais	Confiture et cigarette russe	Fruit frais
Goûter 	Pain / beurre Confiture Fruit frais	Biscuits fourrés chocolat Jus de raisin	Pain / beurre Chocolat noir Yaourt à boire	Pain de campagne Crème de gruyère Fruit frais	Quatre quart Lait chocolaté

Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque.

P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.

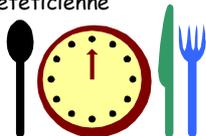


Menus

des restaurants scolaires



Stéphanie MATHIEU
Diététicienne



Semaine du 11 au 17 novembre 2019

	Lundi 11	Mardi 12	Mercredi 13	Jeudi 14	Vendredi 15
Hors d'œuvre 	F	Salade verte	Mais et thon	Carottes râpées bio sauce orange et cumin 	<i>Menu veggie Pomelo</i>
Plat 	E	Brandade de morue	Steak haché	Tajine d'agneau	<i>Chili sin carne (haché végétal)</i>
Accompagnement 	R	/	Haricots beurre	Semoule	/
Laitages 	I	Camembert bio 	Yaourt nature	Chèvre frais	<i>Tomme des Pyrénées</i>
Dessert 	E	Fruit frais	Fruit frais bio 	Dattes	<i>Compote pomme banane</i>
Goûter 		Donut Lait nature	Pain de mie Samos Jus de pomme	Croissant Yaourt à boire	Pain Pâte à tartiner Fruit frais

C:\Users\smathieu\Desktop\Menus oct-nov 2019\W1-Stains-menus scolaires¢res-octobre à novembre 2019.doc

Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque.

P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

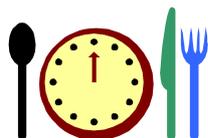
Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.



Menus

des restaurants scolaires



Semaine du 18 au 24 novembre 2019

	Lundi 18	Mardi 19	Mercredi 20	Jeudi 21	Vendredi 22
Hors d'œuvre 	Betteraves persillées bio-cuites 	Salade cole-slow	<i>Menu veggie</i> Salade verte et œuf dur bio 	Lentilles à l'échalote	Soupe de potiron
Plat 	Pépites de poisson au citron	Jambon Sp : blanc de dinde	<i>Croque fromage</i>	Sauté de veau à l'ancienne	Filet de hocky sauce Mornay
Accompagnement 	Haricots verts extra-fins persillés	Pommes campagnardes et ketchup	/	Choux fleurs bio en gratin 	Blé aux petits légumes
Laitages 	Petit suisse aromatisé aux fruits	Brie	<i>Fromage blanc</i>	Gâteau de riz	Comté
Dessert 	Fruit frais	Ananas au sirop	<i>Fruit frais</i>	Fruit frais	Fruit frais bio
Goûter 	Pain Kiri Jus d'orange	Brioche aux pépites de chocolat Fruit frais	Moelleux au citron Lait nature	Pain Beurre / miel compote de pomme	Pain de campagne Beurre/Confiture Fruit frais



Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque.

P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.