



Menu ENFANTS

SEMAINE DU 12 AU 16 DÉCEMBRE 2022



LUNDI

Salade fermière

(salade verte, pommes; lardons, santal)

Lasagne aux légumes « maison »

(ail, aubergines, courgettes, emmental, huile d'olive, oignons, béchalme, origan, tomate, poivrons)

Kiwi



MARDI

Spectacle de Noël l'après midi

Sardines

Raviolis

Pom'Pote

MERCREDI



JEUDI

REPAS DE NOËL

Friand à l'effilochée de canard « maison »

Émincé de pintade à la crème

Pommes de terre smiley

Fromage

Sablés de Noël « maison »

mousse au chocolat & smarties



VENDREDI

Céleri rémoulade

(œuf, moutarde, persil)

Tranche de poisson pané, sauce tomate

Petits pois, carottes

Entremets à la vanille



SAMEDI



La star de la semaine c'est :

LA CAROTTE

La carotte est une plante potagère bisannuelle. Son origine aurait pris naissance en Europe ou en Asie occidentale. Elle est cultivée pour sa partie charnue de couleur rouge, jaune, blanche ou violacée et pour sa richesse en carotène. Avec 25 g on couvre plus de la moitié du besoin quotidien de vitamine A. Elle joue un rôle antioxydant et favorise une bonne vision. Riche en fibres, elle est efficace pour réguler le transit intestinal et lutter contre la constipation. En soupe ou en purée, elle est aussi efficace contre la diarrhée, ses fibres possédant un fort pouvoir de rétention d'eau. Elle joue aussi un rôle bénéfique dans la prévention des maladies cardio-vasculaires et l'apparition de certains cancers. Son apport minéral est globalement important : potassium, calcium, magnésium, fer, etc.

Tracabilité :

Nous privilégions les filières locales et fermières 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