



Menu ENFANTS

SEMAINE DU 28 NOVEMBRE AU 2 DÉCEMBRE 2022



LUNDI

Potage au potiron 
(lait Bio) 
 Sauté de veau au curry
Riz pilaff
Fromage
Ananas

MARDI

Salade de chou rouge aux pommes 
Feuilleté « maison »
de colin d'Alaska, sauce à l'oseille
( crème fermière Bio, citron, oseille)
Carottes persillées
Crème dessert à la vanille

MERCREDI



JEUDI

Demi pomelo 
Filet de poisson du marché,
sauce à la provençale
(crème fermière Bio, ail, oignons, olives noires, ~~tomate~~, vin blanc)
Purée de pommes de terre
Fromage
Tarte Yportaise « maison » 

VENDREDI

Salade Waldorf
(pomme, deux céleris, raisin, salade verte) 
Omelette à la milanaise
( œufs Bio, ~~madère~~, champignons, emmental, ail, huile d'olive,
jambon, oignons, thym, ~~tomate~~)
Petits pois, carottes
Fromage blanc Bio, confiture 

SAMEDI



La star de la semaine c'est :

LE POMELO

Découvert il y a près de 200 ans, le pomelo est le seul agrume à ne pas être originaire d'Asie, le pomelo est observé depuis le 18^e siècle aux Barbades. Grâce à sa texture juteuse et gourmande, il a très vite conquis les États-Unis puis l'Europe. Cultivé sous les climats chauds, le pomelo est encore récolté de façon traditionnelle, à la main.

Le pomelo est riche en vitamine C, en naringine, et en limonoïdes qui sont riches en anti-oxydants et contribuent à piéger les radicaux libres ; composé à 90% d'eau, le pomelo est un agrume très hydratant ; ce sont les flavonoïdes contenus dans les agrumes qui confèrent au pomelo un pouvoir anti-inflammatoire naturel efficace l'hiver pour lutter contre les petits maux ; la naringine du pomelo a tendance à réduire le taux de sucre dans le sang, lutte contre l'hyperglycémie et prévient le diabète.

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.villeactivepnn.fr