



# Menu ENFANTS

## SEMAINE DU 13 AU 17 DÉCEMBRE 2021

LUNDI

### Salade fermière

(salade verte, pommes, emmental)



### Lasagnes végétariennes « maison »

(aubergines, courgettes, poivrons)

### Fromage

### Entremets au chocolat

MERCREDI



VENDREDI

### Céleri Bio rémoulade

**Bio** (jaune d'œuf, moutarde)

### Tranche de poisson pané,

sauce tomate

### Jardinière de légumes « maison »

### Flan « maison »



MARDI

### Saucisson sec, beurre, salade

### Filet de colin d'Alaska, à la crème fermière

**Bio** Lentilles Bio cuisinées

### Fromage

### Pomme de saison

JEUDI

### REPAS DE NOËL

### Mini crêpe au saumon,

### jeunes pousses & tomate cerise

### Filet de chapon à la crème de ferme

façon normande

### Pommes de terre Smiley

### Fromage

### Sapin Pavlova meringué aux fruits de saison

SAMEDI



## La star de la semaine c'est :

### LA POMME

La pomme est un fruit comestible produit par un pommier. Les pommiers sont cultivés mondialement et représentent l'espèce la plus cultivée du genre Malus. L'arbre est originaire d'Asie centrale, où son ancêtre sauvage, le Malus sieversii peut encore être trouvé de nos jours. Les pommes sont cultivées depuis des milliers d'années en Asie et en Europe et ont été importées en Amérique du Nord par les colons européens.

La pomme est bonne pour le cœur, elle contient une quantité importante de substances chimiques et phytochimiques naturelles, ...

Source de potassium, la pomme bénéficie d'une action diurétique importante.

La peau de la pomme contient une quantité importante de fibres insolubles, qui permettent de favoriser l'évacuation intestinale, ...

Source d'antioxydants, le jus de pomme naturel est un excellent remède pour réduire le risque de développer la maladie d'Alzheimer

## Traçabilité :

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.villeactivepnnns.fr](http://www.villeactivepnnns.fr)