



Menu ENFANTS

SEMAINE DU 16 AU 20 MAI 2022

LUNDI

Melon
Sauté de porc, sauce Marengo
 (champignons, ail, laurier, oignons, tomate, thym, vin blanc)
Flageolets cuisinés 🏠
Fromage
 Cocktail de fruits au sirop

MARDI

Bio Radis Bio vinaigrette
Filet de colin d'Alaska, 🛒
 sauce crème fermière 🏠
 Carottes vichy, pommes de terre
Fromage
Kiwi

MERCREDI



JEUDI

Céleri Bio, tomates, maïs, vinaigrette
Bio Omelette au fromage 🏠
 (œufs Bio) Bio
Purée d'épinards
Petits suisses sucrés

VENDREDI

Bio Salade Tokyo « maison » 🏠
 (Riz Bio, tomates, thon, surimi)
 🛒 Poulet rôti fermier de Bréauté
 Haricots verts
Fromage
Fraises françaises au sucre

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

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.villeactivepnn.fr