



# Menu ENFANTS

SEMAINE DU 22 AU 26 MAI 2023

LUNDI

Pastèque

Émincé de dinde certifiée marinée à l'Indienne

(épices, garam masala, citron)



Haricots verts

Fromage

Petits suisses sucrés

MARDI

Saucisson à l'ail, cornichons, salade

Omelette à l'australienne,

Bio

(œufs Bio, cheddar)

Pommes de terre en persillade

Banane

MERCREDI



JEUDI

Tomates vinaigrette

Filet de cabillaud, sauce aïoli

(ail, œuf, huile, moutarde, vinaigre)

Bio

Riz Bio façon pilaff

Salade, fromage

Pomme Bio Bio

VENDREDI

Concombres vinaigrette

Lasagnes de légumes

au quinoa blond de Normandie

ail, aubergines, courgettes, emmental, huile d'olive, lait Bio, oignons, origan, poivrons, tomate

Yaourt Bio Bio

SAMEDI



## La star de la semaine c'est :

### LA PASTÈQUE

La pastèque, aussi appelée melon d'eau, est une espèce de plantes herbacées de la famille des Cucurbitacées, originaire d'Afrique de l'Ouest, largement cultivée pour ses gros fruits lisses, à chair rouge, jaune, verdâtre ou blanche et à graines noires ou rouges.

La pastèque, gorgée d'eau (92%) nous préserve de la déshydratation en période de fortes chaleurs. Elle contient du potassium, efficace contre les crampes musculaires et les courbatures. Également bon pour le cœur, les graines de pastèque dilatent les vaisseaux sanguins, elles diminuent l'hypertension artérielle et préviennent ainsi les maladies cardio-vasculaires.

## 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](http://www.villeactivepnn.fr)