



# Menu ENFANTS

## SEMAINE DU 4 AU 7 JUILLET 2022

LUNDI

Melon 

**Chili sin carne aux légumes,**

(ail, carottes, coriandre, cumin, piment de Cayenne, lentilles, maïs, oignons, origan, poivrons)

**sauce tomate**

**Haricots rouges & riz Bio** 

**Yaourt nature sucré**

MARDI

**Salade de lentilles au cantadou**

 (lentilles Bio, oignons rouges, cantadou)

**Filet de colin d'Alaska,**



**sauce ciboulette** 



(crème fermière Bio, ciboulette)

**Purée de patates douces & pommes de terre**

**Fromage**

**Pêche**

MERCREDI

*Encore un dernier effort  
et c'est bientôt les  
grandes  
vacances!*



JEUDI

**Salade, radis, maïs en vinaigrette** 

 (salade Bio, radis Bio)

**Sauté de bœuf normand à la provençale**

(crème fermière Bio, ail, oignons, olives noires, tomate, vin blanc)



**Penne rigatti Bio au beurre**

**Esquimeau** 

VENDREDI



SAMEDI



### La star de la semaine c'est :

#### LA PATATE DOUCE

La patate douce est un tubercule appartenant à la famille des convolvulacées. Plus précisément, c'est une plante potagère rampante dont on consomme les racines renflées, fusiformes ou globulaires. C'est une plante herbacée vivace dont la culture est très répandue dans toutes les régions tropicales et subtropicales.

Ce tubercule à la chair blanche, jaune, orange ou pourpre est excellent pour la santé. Riche en vitamines A, B2, B5, B6, C, en cuivre et en manganèse, c'est un concentré d'antioxydants à charge glycémique modérée (environ 90 kcal pour 100 grammes).

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