



Menu du restaurant municipal

Novembre
Décembre
2020

du 23 au 27 novembre

Lundi	
Velouté de volaille aux vermicelles	①
PL Cari de poulet	
BIO Haricots verts bio	
Fromage	⑦
Fruit	
Pain labellisé	①

Mardi	
PL Duo de crudité bio (choux blanc, carottes bio)	⑩
Palet au fromage	⑦
PL Pâtes bio	①
PL Crème dessert bio à la vanille	⑦
Pain labellisé	①

Mercredi Centre de loisirs	
Segments d'agrumes	
Steak hâché (VBF)	
Frites	
Yaourt aromatisé	⑦
Biscuit	① ③ ⑦
Pain labellisé	①

Goûter	
Pain, pâte à tartiner	①

Jeudi	
Macédoine de légumes	③ ⑨ ⑩
PL Jambon grillé	
BIO Lingots bio sauce tomate	
BIO St-Ursin bio	⑦
Fruit	
Pain labellisé	①

Vendredi	
PL Potage de légumes bio	② ④ ⑦
Filet de poisson sauce crevette	
BIO Riz bio	
PL Brie bio	⑦
Fruit	
Pain labellisé	①

du 30 nov. au 4 déc.

Lundi	
Saucisson à l'ail	
PL Paupiette de dinde	
BIO Petit pois et carottes bio	
BIO Yaourt nature sucré bio	⑦
Fruit	
Pain labellisé	①

Mardi	
PL Velouté de légumes bio	
PL Rôti de veau (VBF)	
BIO Blé bio, courgettes	①
PL Coulommiers bio	⑦
Fruit	
Pain labellisé	①

Mercredi Centre de loisirs	
PL Salade composée bio (salade, oeufs, maïs, jambon)	③ ⑩
Poisson pané	① ④
BIO Ratatouille, riz bio	
Fromage	⑦
BIO Compote bio	
Pain labellisé	①

Goûter	
Banane, gâteau	① ③ ⑦

Jeudi	
PL Carottes bio vinaigrette	⑩
BIO Steak de céréales bio	① ③ ⑦
BIO Haricots verts bio	
PL Fromage blanc bio à la fraise	⑦
Pain labellisé	①

Vendredi	
Bouillon aux vermicelles	①
Sauté de porc	
Pommes noisettes	
PL Camembert bio	⑦
Fruit	
Pain labellisé	①

Ce menu a été établi à titre indicatif. Quelques modifications peuvent intervenir après parution.

Produits de qualité	Produits locaux	Produits bio
---------------------	-----------------	--------------

Produits de qualité : il s'agit soit d'un produit labellisé, certifié, Bleu Blanc Coeur (BBC), d'appellation d'origine protégée...

10 points à retenir de la charte alimentaire

- | | |
|--|---|
| 01 Privilégier les produits locaux | Au moins 50 % des produits sont d'origine locale (Région des Pays de la Loire ou limitrophes) |
| 02 Privilégier une alimentation saine | Au moins 35 % des produits sont d'origine biologique |
| 03 Privilégier les produits de qualité | Les menus conçus par le restaurant municipal sont certifiés sans OGM (organisme génétiquement modifié) |
| 04 Privilégier le « fait maison » | 80 % des plats sont conçus au restaurant municipal |
| 05 Privilégier les produits de saison | Les salades composées sont conçues uniquement avec des produits de saison |
| 06 Concevoir des menus équilibrés | Les menus sont validés par une diététicienne |
| 07 Faire la chasse au gaspillage alimentaire | Les parts sont pesées dès la fabrication. Les enfants font la pesée des aliments jetés, en fin de repas dans toutes les écoles. |
| 08 Sensibiliser les enfants à l'équilibre alimentaire | L'alimentation est partie intégrante des animations proposées dans le cadre des TAP (Temps d'activités périscolaires) |
| 09 Communiquer sur la composition des menus | Les menus affichés dans les écoles précisent la qualité et la provenance des produits (bio / Label / local / fait maison) |
| 10 Faire connaître le travail du restaurant municipal | Le restaurant municipal accueille les enfants lors de visites programmées par les équipes enseignantes |

Il signale également les produits allergènes :

- | | | |
|---------------|-------------------|----------------|
| ① = gluten | ⑥ = soja | ⑪ = sésame |
| ② = crustacés | ⑦ = lait | ⑫ = sulfites |
| ③ = oeufs | ⑧ = fruit à coque | ⑬ = lupin |
| ④ = poissons | ⑨ = celeri | ⑭ = mollusques |
| ⑤ = arachide | ⑩ = moutarde | |