



Menu du restaurant municipal

Accueil de loisirs

Vacances de Noël 2021

du 20 au 24 décembre

Lundi	
Rillettes	
Sauté de poulet	PL
Brocoli et blé bio	BIO (1)
St-Ursain bio	BIO (7)
Fruit	
Pain labellisé	Q

Mardi	
Velouté de légumes	
Palet au fromage	(1) (7)
Haricots verts bio	BIO (7)
Petit suisse sucré	PL (7)
Fruit	
Pain labellisé	Q (1)

Mercredi	
Carottes râpées	(10)
Tartiflette	(7)
Salade verte bio	PL BIO (10)
Yaourt nature sucré bio	BIO (7)
Pain labellisé	Q (1)

Jeudi	
Pommes de terre, surimi, maïs	(2) (4) (7) (10)
Paupiette de dinde	BIO (7)
Petits pois bio	Q (7)
Comté AOP	Q (7)
Fruit	
Pain labellisé	Q (1)

Vendredi	
Salade composée bio (salade, oeufs, mimolette)	BIO (3) (7) (10)
Rôti de porc Q	Q (7)
Potatoes	
Yaourt citron bio	BIO (7)
Pain labellisé	Q (1)

Goûter	
Pain, confiture	(1)

Goûter	
Compote, gâteau	(1) (3) (7)

Goûter	
Yaourt, biscuit	(1) (3) (7)

Goûter	
Pain, pâte à tartiner	(1) (7) (8)

Goûter	
banane, biscuit	(7) (8) (1)

du 27 au 31 décembre

Lundi	
Salade d'endives, jambon, noix	(8) (10)
Poisson pané Q	(1) (4)
Carottes bio, riz IGP	BIO (7)
St-Nectaire AOP	BIO (7)
Compote bio	Q (7)
Pain labellisé	Q (1)

Goûter	
Pain, barre chocolat	(1)

Mardi	
Potage de légumes	
Cuisse de poulet Label	PL (7)
Haricots coco bio	BIO (7)
Fromage	(7)
Fruit	
Pain labellisé	Q (1)

Goûter	
Pain, confiture	(1)

Mercredi	
Betteraves bio vinaigrette	BIO (10)
Hachi parmentier au soja bio	BIO (6) (7)
Salade verte bio	PL BIO (10)
Yaourt pulpe fruit	(7)
Pain labellisé	Q (1)

Goûter	
Croissant	(7) (1)

Jeudi	
Salade de riz, lardons, poivrons	(10)
Chipolatas label	PL (1)
Ratatouille, boulgour bio	BIO (7)
Fromage	(7)
Fruit au sirop	
Pain labellisé	Q (1)

Goûter	
Yaourt, biscuit	(7) (3) (1)

Vendredi	
Rillettes de saumon fumé	(4) (7)
Blanquette de veau (VBF)	(7)
Pâtes bio	PL BIO (1) (7)
Carré bio	PL BIO (7)
Clémentines	
Pain labellisé	Q (1)

Goûter	
Compote, gâteau	(7) (3) (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...

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 | |

10 points à retenir de la charte alimentaire

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