



Menu du restaurant municipal

Janvier 2023

Du 16 au 20 janvier

Lundi	
PL	Rillettes label rouge
PL	Paupiette de dinde
Q	Carottes et boulgour bio
PL	Petit suisse sucré
	Fruit
Q	Pain labellisé

Mardi	
	Potage de Légumes
PL	Omelette BIO
PL	Parmentière
PL	Salade verte BIO
PL	St Ursin BIO
	Fruit
Q	Pain labellisé

Mercredi	
Centre de loisirs	
Q	Betteraves BIO
Q	Blanquette de poisson MSC
	Pommes vapeur
PL	Fromage blanc BIO à la fraise
Q	Pain labellisé

Jeudi	
	Velouté de tomates
PL	Sauté de porc label rouge
	Coquillettes
PL	Coulommiers bio
	Fruit
Q	Pain labellisé

Vendredi	
PL	Choux blanc bio/ mimolettes/ œufs BIO
PL	Palet au fromage
Q	Haricots verts Bio/Pommes de terre
Q	Compote bio
PL	Pain Labellisé

Goûter	
	Pain - Pâte à tartiner

Du 23 au 27 janvier

Lundi	
	Bouillon de légumes
PL	Chipolatas label rouge
Q	Lentilles bio
PL	Vache qui rit bio
	Fruit
Q	Pain labellisé

Mardi	
PL	Carottes bio vinaigrette
PL	Cari de poulet label
	Ratatouille/ Blé
PL	Yaourt sucré bio
Q	Pain labellisé

Mercredi	
Centre de loisirs	
	Macédoine de légumes
	Croziflette
PL	Salade Verte Bio
	Fruit
Q	Pain labellisé

Jeudi	
	Celeri mimosa sauce cocktail
Q	Pavé de céréales BIO
	Beignet de brocoli
PL	Crème dessert bio au chocolat
Q	Pain labellisé

Vendredi	
PL	Potage de légumes bio
PL	Filet de poisson MSC sauce crevette
Q	Riz IGP
	Petit suisse aromatisé
	Fruit
PL	Pain labellisé

Goûter	
	Doony's

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

Produits de qualité	Produits locaux	Produits bio	Viande française	Viande congelée	Viande réfrigérée
---------------------	-----------------	--------------	------------------	-----------------	-------------------

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 <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 présentent 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>

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 | |