



# Menu du restaurant municipal

Février / mars 2019

## du 25 février au 1<sup>er</sup> mars

| Lundi  |                      |
|--------|----------------------|
| PL     | Pâté de campagne     |
| PL     | Paupiette de dinde   |
| L BIO  | Lentilles bio        |
| PL BIO | Brie de Montsûrs bio |
|        | Fruit                |
|        | Pain labellisé       |

| Mardi  |                       |
|--------|-----------------------|
| PL BIO | Potage de légumes bio |
|        | Tartiflette           |
| PL BIO | Salade verte bio      |
|        | Fromage               |
|        | Fruit                 |
|        | Pain labellisé        |

| Mercredi          |   |
|-------------------|---|
| Centre de loisirs |   |
| PL                | Salade composée bio (blé, oeufs, fromage) |
| L                 | Emincé de volaille Label                  |
| PL                | Gratin de potimarron bio                  |
| PL BIO            | Fromage bio                               |
|                   | Fruit                                     |
|                   | Pain labellisé                            |

| Jeudi  |  |
|--------|--|
| PL     | Duo coleslaw bio (choux blanc, carottes) |
| PL     | Boeuf bourguignon (VBF)                  |
| PL     | Pâtes bio                                |
| PL BIO | Yaourt sucré au lait entier bio          |
|        | Pain labellisé                           |

| Vendredi |                     |
|----------|---------------------|
|          | Potage vermicelles  |
|          | Poisson pané        |
|          | Haricot beurre      |
| PL BIO   | Petit entrammes bio |
| PL BIO   | Pomme bio           |
|          | Pain labellisé      |

Goûter  
Croissant

## du 4 au 8 mars

| Lundi |                            |
|-------|----------------------------|
|       | Velouté de volaille        |
| PL L  | Filet de dinde Label       |
|       | Coeur de blé, champignons  |
| BIO   | P'tit Mainiot bio          |
|       | Yaourt à la pulpe de fruit |
|       | Pain labellisé             |

| Mardi  |                                |
|--------|--------------------------------|
| PL BIO | Carottes bio vinaigrette       |
| PL BIO | Gratin de céréales bio au porc |
|        | Fromage                        |
| L BIO  | Compote bio                    |
|        | Pain labellisé                 |

| Mercredi          |   |
|-------------------|---|
| Centre de loisirs |   |
| PL L BIO          | Salade composée bio (choux, oeufs, fromage) |
|                   | Poisson pané                                |
|                   | Riz basmati                                 |
| BIO               | Fromage bio                                 |
| L PL              | Fruit                                       |
|                   | Pain labellisé                              |

| Jeudi  |                              |
|--------|------------------------------|
|        | Celeri remoulade             |
| PL BIO | Hachi parmentier bio (VBF)   |
| PL BIO | Salade verte bio             |
| PL BIO | Yaourt sucré de Montsûrs bio |
|        | Pain labellisé               |

| Vendredi |                           |
|----------|---------------------------|
| PL BIO   | Potage de légumes bio     |
| PL       | Rôti de veau (VBF)        |
|          | Haricots verts            |
| PL       | Camembert de Montsûrs bio |
|          | Fruit                     |
|          | Pain labellisé            |

Goûter  
Pain au chocolat

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



Produits labélisés



Produits locaux



Produits bio



Produits « faits maison »

## 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