



Menu du restaurant municipal

Septembre 2019

du 2 au 6 septembre

Lundi
PL Saucisson à l'ail
PL Pâtes bio à la bolognaise (VBF)
L Fromage
Fruit
Pain labellisé

Mardi
L Pastèque bio
PL Rôti de porc
Carottes
PL Semoule vanille au lait bio
L Pain labellisé

Mercredi
Centre de loisirs
PL Concombre bio à la crème
L Poisson pané
Riz basmati
PL Fromage bio
L Fruit
Pain labellisé

Jeudi
PL Crudités bio (Salade, tomates, maïs)
L Cuisse de poulet bio
Frites
PL Yaourt bio à la fraise de Voutré
L Pain labellisé

Vendredi
Macédoine de légumes
PL Blanquette de veau (VBF)
L Courgettes de pommes de terre bio
PL Camembert de Montsûrs bio
L Fruit
Pain labellisé

Goûter
Pain / compote

du 9 au 13 septembre

Lundi
Maquereaux à la tomate
PL Paupiette de dinde
Petit pois
L Saint-Ursin bio
Fruit
Pain labellisé

Mardi
PL Carottes bio vinaigrette
L Gratin de céréales bio au boeuf haché (VBF) (Sarrasin, boulgour)
Fromage
Compote bio
L Pain labellisé

Mercredi
Centre de loisirs
Piémontaise
PL Rôti de porc
L Haricots beurre
Fromage bio
L Fruit
Pain labellisé

Jeudi
PL Tartinade bio (Lingots, carottes, cumin)
L Omelette parmentière
PL Salade verte bio
L Brie bio
Fruit
Pain labellisé

Vendredi
PL Salade de tomates bio
L Boeuf braisé (VBF)
PL Courgettes et riz bio
L Yaourt nature sucré bio
Pain labellisé

Goûter
Pain, confiture

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

L Produits labélisés	PL Produits locaux	BIO 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
- ② = crustacés
- ③ = oeufs
- ④ = poissons
- ⑤ = arachide
- ⑥ = soja
- ⑦ = lait
- ⑧ = fruit à coque
- ⑨ = celeri
- ⑩ = moutarde
- ⑪ = sésame
- ⑫ = sulfites
- ⑬ = lupin
- ⑭ = mollusques



Menu du restaurant municipal

Septembre 2019

du 16 au 20 septembre

Lundi	
PL	Pâté de campagne
PL	Cuisse de poulet bio
L	Haricots verts
PL	Coulommiers bio
	Fruit
	Pain labellisé

Mardi	
PL	Salade composée bio (Salade, tomates, jambon)
L	Pâtes carbonara bio
PL	Fromage
	Glace
	Pain labellisé

Mercredi	
Centre de loisirs	
	Macédoine de légumes
	Nems au poulet
	Riz cantonnais
PL	Fromage bio
	Fruit
	Pain labellisé

Jeudi	
PL	Radis bio
L	Moules de bouchot
PL	Frites
PL	Crème dessert vanille au lait bio
	Pain labellisé

Vendredi	
	Melon
PL	Palette de porc braisée
PL	Lentilles bio
PL	Yaourt bio au citron de Voutré
	Pain labellisé

Goûter
Pain au chocolat

du 23 au 27 septembre

Lundi	
	Sardines, beurre
PL	Brochette de dinde
PL	Courgettes et riz bio
PL	Petit entremets bio
	Fruit
	Pain labellisé

Mardi	
	Pastèque
PL	Gratin de céréales bio au porc bio (Boullgour, quinoa)
PL	Salade verte bio
PL	Yaourt pulpe de fruit
	Pain labellisé

Mercredi	
Centre de loisirs	
PL	Tomates bio vinaigrette
	Poisson pané
PL	Pâtes bio
PL	Fromage bio
PL	Compote bio
	Pain labellisé

Jeudi	
PL	Carottes bio vinaigrette
PL	Steak haché (VBF)
PL	Pommes rosti
PL	Yaourt sucré bio
	Pain labellisé

Vendredi	
	Piémontaise
PL	Cari de porc
	Haricots beurre
PL	Gouda bio
	Fruit
	Pain labellisé

Goûter
Pain, pâte à tartiner

du 28 septembre au 4 octobre

Lundi	
PL	Saucisson sec
PL	Escalope de poulet
	Carottes, blé
PL	Coulommiers bio
	Fruit
	Pain labellisé

Mardi	
	Pomelos
PL	Galette saucisse Label
PL	Salade verte bio
PL	Yaourt bio à la fraise de Voutré
	Pain labellisé

Mercredi	
Centre de loisirs	
PL	Crudités bio (Salade, oeufs, tomates)
PL	Rôti de veau (VBF)
PL	Boullgour bio
PL	Liégeois chocolat
	Pain labellisé

Jeudi	
PL	Rillettes de la mer
PL	Boeuf bourguignon (VBF)
PL	Purée bio
PL	Carré de Montsûrs bio
	Fruit
	Pain labellisé

Vendredi	
PL	Salade de betterave bio
PL	Poêlée de poisson
PL	Courgettes et riz bio
PL	Yaourt aromatisé
	Pain labellisé

Goûter
Croissant

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

L Produits labellisés	PL Produits locaux	BIO Produits bio	 Produits « faits maison »
---------------------------------	------------------------------	----------------------------	-------------------------------

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 | |