



# Menu du restaurant municipal

Avril 2020

## du 30 mars au 3 avril

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Pomelos	Velouté de légumes bio (pois cassés, carottes, crème)	Saucisson à l'ail	Celeri remoulade au surimi	Salade composée bio (Blé, thon, maïs)
Chili cone carne au soja bio	Galette saucisse Label	Steak haché (VBF)	Cuisse de poulet bio	Boeuf bourguignon (VBF)
Riz bio	Salade verte bio	Pâtes bio	Purée bio	Carottes au jus
Yaourt nature sucré bio	Petit suisse aromatisé	Fromage	Yaourt de Voutré à la fraise bio	Coulommiers bio
Pain labellisé	Fruit	Fruit	Pain labellisé	Fruit
	Pain labellisé	Pain labellisé		Pain labellisé
		<b>Goûter</b>		
		Pain au chocolat		

## du 6 au 10 avril

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Bouillon de légumes	Carottes râpées bio	Terrine de poisson	Rillettes	Salade composée bio (Salade, lardons, croustons)
Sauté de poulet	Omelette parmentière	Boeuf braisé (VBF)	Filet de poisson frais	Rôti de porc
Brocoli, blé bio	Salade verte bio	Champignons, cœur de blé	Riz bio	Carottes, boulgour bio
St-Ursin bio	Crème dessert bio à la vanille	Fromage	Petit suisse sucré	Brie bio
Fruit	Pain labellisé	Fruit	Fruit	Compote bio
Pain labellisé		Pain labellisé	Pain labellisé	Pain labellisé
		<b>Goûter</b>		
		Biscuit, banane		

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      |                |