



Menu du restaurant municipal

Mars /
avril
2021

Du 22 au 26 mars

| Lundi | |
|-------|---------------------------|
| | Maque-reaux à la tomate ④ |
| PL | Brochette de dinde |
| Q | Brocoli et riz bio ⑦ |
| PL | Coulommiers bio ⑦ |
| | Fruit |
| | Pain labellisé ① |

| Mardi | |
|-------|---------------------|
| | Pomelos |
| Q | Steak haché (VBF) Q |
| PL | Purée bio ⑦ |
| | Fromage ⑦ |
| Q | Compote bio |
| | Pain labellisé ① |

| Mercredi | |
|-------------------|-----------------------------|
| Centre de loisirs | |
| | Saucisson à l'ail |
| | Poêlée de poisson ④ |
| Q | Ratatouille, boulgour bio ⑦ |
| | Fromage ⑦ |
| | Fruit |
| | Pain labellisé ① |
| Goûter | |
| | Croissant ⑦ |
| | |

| Jeudi | |
|-------|-----------------------------|
| Q | Betterave bio vinaigrette ⑩ |
| PL | Galette saucisse Label ① |
| PL | Salade verte bio ⑩ |
| PL | Yaourt au fruit bio ⑦ |
| | Pain labellisé ① |

| Vendredi | |
|----------|-------------------------------|
| PL | Potage de légumes bio ⑦ |
| PL | Palet au fromage ⑦ |
| Q | Haricots verts bio ⑦ |
| PL | Fromage blanc aromatisé BBC ⑦ |
| | Pain labellisé ① |

Du 29 mars au 2 avril

| Lundi | |
|-------|--------------------------|
| PL | Rillettes Label |
| PL | Paupiette de dinde |
| PL | Lentilles bio |
| PL | Petit suisse aromatisé ⑦ |
| | Fruit |
| | Pain labellisé ① |

| Mardi | |
|-------|----------------------------|
| PL | Carottes bio vinaigrette ⑩ |
| Q | Sauté de porc Q à l'ananas |
| Q | Purée de choux fleur bio ⑦ |
| PL | Semoule au lait bio ① |
| | Pain labellisé ① |

| Mercredi | |
|-------------------|---|
| Centre de loisirs | |
| PL | Salade composée bio (salade, oeuf, fromage) ③ |
| Q | |
| PL | Pâtes bio à la bolognaise Q ① |
| Q | Yaourt sucré bio ⑦ |
| | Pain labellisé ① |
| Goûter | |
| | Compote, biscuit ③ |
| | |

| Jeudi | |
|-------|----------------------------|
| | Celeri remoulade ③ |
| PL | Omelette bio parmentière ③ |
| PL | Salade bio verte ⑩ |
| | Mousse au chocolat ⑦ |
| | Pain labellisé ① |

| Vendredi | |
|----------|------------------------|
| PL | Velouté de légumes bio |
| PL | Veau Marengo bio (VBF) |
| Q | Champignons, riz bio ⑦ |
| PL | St-Nectaire AOP ⑦ |
| | Fruit |
| | Pain labellisé ① |

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

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

Ⓚ 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 présentent 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 | |