



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	①
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	
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, oeu, fromage)	③
PL Pâtes bio à la bolognaise Q	①
PL 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.

Q Produits de qualité	PL Produits locaux	BIO Produits bio
---------------------------------	------------------------------	----------------------------

Q 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 | |