



Plan alimentaire - Restaurants Scolaires

(selon les recommandations du GEMRCN)



JANVIER 2021	Lundi 4	Mardi 5	Mercredi 6	Jeudi 7 - RV	Vendredi 8
Entrée	Maïs	Radis noir	Saucisson	Potage	Asperges
Plat protidique	Hachis parmentier de canard (7)	Rôti de bœuf et sa sauce	Blanquette de dinde (1,7)	Steak végétale sauce tomate (1)	Poisson du jour (4,7)
Accompagnement	Salade verte	Purée de céleri (7)	Pâtes (1)	Frites	Riz BIO
Fromage	-	-	Fromage (7)	-	Fromage (7)
Dessert	Yaourt BIO (7)	Galette des rois et reines (1,3,7)	Clémentines	Tarte aux pommes (1,3)	Ananas
Goûter	-	-	Galette des rois et reines (1,3,7)	-	-

LÉGENDE

- Apport protidique
- Apport lipidique
- Féculents
- Crudités et/ou fruits
- Crudités et/ou fruits cuits
- Fromage/Produit laitier
- Produit sucré
- RV:** Repas Végétale

JANVIER 2021	Lundi 11	Mardi 12 - RV	Mercredi 13	Jeudi 14	Vendredi 15
Entrée	Champignons à la grec	Assiette de crudités	Pamplemousse	Concombre	Avocat vinaigrette
Plat protidique	Rôti de porc	Lasagnes de légumes (1,7)	Escalope de poulet	Poisson du jour (4)	Emincé de bœuf "Thai"
Accompagnement	Lentilles/carottes	Salade verte	Petits pois carottes	Gratin de courgettes (3,7)	Semoule (1)
Fromage	-	-	Fromage (7)	Fromage (7)	Fromage (7)
Dessert	Fromage blanc BIO (7)	Ile flottante 3,7)	Mousse au chocolat (7)	Pâtisserie (1,3,7)	Salade de fruits
Goûter	-	-	Goûter du jour (7,3,7)	-	-

ALLERGENES

1. Gluten
2. Crustacés
3. Œufs
4. Poisson
5. Arachide
6. Soja
7. Lait
8. Fruits à coque
9. Céleri
10. Moutarde
11. Graines de sésame
12. Anhydride sulfureux et sulfite
13. Lupin
14. Mollusques





Plan alimentaire - Restaurants Scolaires

(selon les recommandations du GEMRCN)



JANVIER 2021	Lundi 18	Mardi 19 - RV	Mercredi 20	Jeudi 21	Vendredi 22
Entrée	Quiche aux légumes (1,3,7)	Potage	Taboulé (1)	Choux blanc en sauce	Salade de Quinoa (1)
Plat protidique	Lomo	Chili végétarien	Cordon bleu	Poisson du jour et sa sauce (4,7)	Poulet rôti
Accompagnement	Ratatouille	Riz BIO	Jardinière de légumes	Céréales gourmandes (1)	Purée de brocolis (7)
Fromage	-	Fromage (7)	-	Fromage (7)	-
Dessert	Yaourt BIO (7)	Fruit de saison	Fromage blanc (7)	Fruits au sirop	Yaourt BIO (7)
Goûter	-	-	Goûter du jour (1,3,7)	-	-

LÉGENDE

- Apport protidique
- Apport lipidique
- Féculents
- Crudités et/ou fruits
- Crudités et/ou fruits cuits
- Fromage/Produit laitier
- Produit sucré
- RV:** Repas Végétale

JANVIER 2021	Lundi 25	Mardi 26 - RV	Mercredi 27	Jeudi 28	Vendredi 29
Entrée	Salade de mâche	Salade de pâtes (1)	Soupe	Cœur de palmier maïs	Flammenkueche (1,7)
Plat protidique	Rougail saucisses	Œufs durs Florentine (1,3,7)	Boulette de bœuf	Escalope milanaise (1)	Poisson du jour (4)
Accompagnement	Riz BIO	-	Gratin dauphinois (3,7)	Semoule/ratatouille (1)	Carottes
Fromage	-	-	Fromage	Fromage (7)	-
Dessert	Yaourt aux fruits BIO (7)	Mousse au chocolat et son sement de mandarine (7)	Fruit de saison	Compote/Biscuit (1,3,7)	Eclair au chocolat (1,3,7)
Goûter	-	-	Goûter du jour (1,3,7)	-	-

ALLERGENES

1. Gluten
2. Crustacés
3. Œufs
4. Poisson
5. Arachide
6. Soja
7. Lait
8. Fruits à coque
9. Céleri
10. Moutarde
11. Graines de sésame
12. Anhydride sulfureux et sulfite
13. Lupin
14. Mollusques

