

# Menus proposés par l'équipe de la Cuisine Centrale



Lundi

Mardi

Mercredi

Jendredi

Vendredi

22 au 26 - 07

Salade de tomates  
Steak haché  
Courgettes / Riz  
(Purée de courgettes)  
Petit Suisse  
Fruit

Quiche Lorraine  
Dos de cabillaud  
Epinards / Pommes  
vapeur  
(Purée d'épinards)  
Fromage  
Purée de fruits

Concombres  
Filet de dinde  
Gratin de légumes  
(Purée de salsifis)  
Fromage  
Fruit

Tartinade de sardines  
Sauté de bœuf  
Carottes / Pommes  
vapeur  
(Purée de carottes)  
Fromage  
Purée de fruits

Pique-nique  
Filet de colin  
Purée de légumes  
Fruit

29-07 au 02-08

Carottes râpées  
Omelette  
(Escalope de veau)  
Haricots verts /  
Coquillettes  
(Purée de haricots verts)  
Fromage  
Fruit

Pastèque  
Sauté de bœuf  
Brocolis / Purée  
(Purée de légumes)  
Fromage  
Purée de fruits

Tomates vinaigrette  
Filet d'églefin  
Riz aux légumes  
(Purée d'épinards)  
Fromage blanc  
Fruit

Salade Berlinoise  
Sauté de porc  
Petits pois Carottes /  
Pommes vapeur  
(Purée de carottes)  
Petit Suisse  
Fruit

Pique-nique  
Escalope de poulet  
Purée de courgettes  
Purée de fruits

Fruit et  
légume  
cuits

Fruit et  
légume  
crus

Viande  
Poisson  
Oeuf

Féculent

Produit  
laitier

Produit  
sucré



Ce calendrier de menus peut subir des modifications en fonction des commandes et livraisons de marchandise au restaurant municipal.  
Le menu est élaboré en collaboration avec une diététicienne. Toutes les viandes sont d'origine Française.



SEMAINE 30

Allergènes		Arachide	Céleri	Crustacés	Fruits à coques	Gluten	Lait	Lupin	Mollusques	Moutarde	Œuf	Poisson	Sésame	Soja	Sulfites
Plats															
Lundi 22/07	Salade de tomates									X					X
	Steak haché														
	Courgettes / Riz														
	Petit Suisse						X								
Mardi 23/07	Fruit														
	Quiche Lorraine					X	X				X				
	Dos de Cabillaud					X	X					X			
	Epinards / Pommes vapeur														
Mercredi 24/07	Fromage						X								
	Purée de fruits														
	Concombres									X					X
	Filet de Dinde														
Jeudi 25/07	Gratin de légumes (Purée de salsifis)						X								
	Fromage						X								
	Fruit														
	Tartinade de sardines									X	X	X			X
Vendredi 26/07	Sauté de Bœuf					X									
	Carottes / Pommes vapeur														
	Fromage						X								
	Purée de fruits														
Vendredi 26/07	Pique-nique														
	Filet de Colin											X			
	Purée de légumes														
	Fruit														



Ce document est un complément d'information mais ne supprime pas la mise en place d'un PAI. Pour les biscuits individuels, la présence des allergènes est indiquée sur l'emballage.  
 Le règlement Européen INCO (information consommateur) N° 1169/2011 impose la mise à disposition des consommateurs, d'une information écrite sur les 14 allergènes.

SEMAINE 31

Allergènes		Arachide	Céleri	Crustacés	Fruits à coques	Gluten	Lait	Lupin	Mollusques	Moutarde	Oeuf	Poisson	Sésame	Soja	Sulfites
Plats															
Lundi 29/07	Carottes râpées									X	X				X
	Omelette (Escalope de Veau)					X									
	Haricots verts / Coquillettes						X								
	Fromage Fruit						X								
Mardi 30/07	Pastèque														
	Sauté de Bœuf					X									
	Brocolis / Purée						X								
	Fromage Purée de fruit						X								
Mercredi 31/07	Tomates vinaigrette									X		X			X
	Filet de Poisson														
	Riz aux légumes														
	Fromage blanc Fruit						X								
Jeudi 01/08	Salade berlinoise						X			X					X
	Sauté de Porc					X									
	Petits pois / Carottes / Pommes vapeur														
	Petit Suisse Fruit						X								
Vendredi 02/08	Pique-nique														
	Escalope de Poulet														
	Purée de courgettes Purée de fruit														



Ce document est un complément d'information mais ne supprime pas la mise en place d'un PAI. Pour les biscuits individuels, la présence des allergènes est indiquée sur l'emballage.  
 Le règlement Européen INCO (information consommateur) N° 1169/2011 impose la mise à disposition des consommateurs, d'une information écrite sur les 14 allergènes.