

# Menus proposés par l'équipe de la Cuisine Centrale



|               | Lundi  | Mardi  | Mercredi   | Jendredi  | Vendredi  |
|---------------|--|--|--|---|---|
| 06 au 10 - 01 | Betteraves rouges /<br>Emmental<br>Blanquette de dinde<br>Riz / Carottes<br>Brioche des rois | Pâtes à la<br>carbonara<br>Salade<br>Fromage<br>Fruit                                  | Pâté de campagne<br>Bœuf carottes<br>Printanière de<br>légumes<br>Petits Suisses | Filet de cabillaud<br>sauce Nantua<br>Semoule<br>Fromage<br>Fruit                       | Potage Crécy<br>Tortillas<br>Salade verte<br>Fromage<br>Compote |
| 13 au 17 - 01 | Carottes râpées<br>Sauté de veau à<br>l'estragon<br>Pennes<br>Yaourt                         | Salade du pêcheur<br>Poulet rôti<br>Poêlée maraichère<br>Fromage blanc à la<br>vanille | Dos de lieu au citron<br>Pommes persillées<br>Camembert<br>Fruit                 | Potage Dubarry<br>Colombo de légumes<br>et haricots rouges<br>Riz<br>Fromage<br>Brownie | Salade verte<br>Cheeseburger<br>Frites<br>Fruit                 |

- 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.



REPAS SANS VIANDE



BIO



LABEL ROUGE

Tous les fromages sont AOP



ou IGP



SEMAINE 2

| Allergènes        |                                 | Arachides | Céleri | Crustacés | Fruits à coques | Gluten | Lait | Lupin | Mollusques | Moutarde | OEufs | Poissons | Sésames | Soja | Sulfites |
|-------------------|---------------------------------|-----------|--------|-----------|-----------------|--------|------|-------|------------|----------|-------|----------|---------|------|----------|
| Plats             |                                 |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
| Lundi<br>06/01    | Betteraves rouges à l'Emmental  |           |        |           |                 |        | X    |       |            | X        |       |          |         |      | X        |
|                   | Blanquette de Dinde             |           |        |           |                 | X      | X    |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                   | Riz / Carottes                  |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                   | Brioche des Rois                |           |        |           |                 | X      | X    |       |            |          | X     |          |         |      |          |
| Mardi<br>07/01    | Pâtes bio à la Carbonara        |           |        |           |                 | X      | X    |       |            |          |       |          |         |      | X        |
|                   | Salade verte                    |           |        |           |                 |        |      |       |            | X        |       |          |         |      | X        |
|                   | Fromage                         |           |        |           |                 |        | X    |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                   | Fruit                           |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
| Mercredi<br>08/01 | Pate de campagne                |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                   | Bœuf carottes                   |           |        |           |                 | X      |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                   | Printanière de légumes          |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                   | Petits Suisses                  |           |        |           |                 |        | X    |       |            |          |       |          |         |      |          |
| Jeudi<br>09/01    | Filet de Cabillaud sauce Nantua |           |        | X         |                 | X      | X    |       |            |          |       | X        |         |      | X        |
|                   | Semoule                         |           |        |           |                 | X      |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                   | Fromage                         |           |        |           |                 |        | X    |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                   | Fruit                           |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
| Vendredi<br>10/01 | Potage Crecy                    |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                   | Tortillas                       |           |        |           |                 |        |      |       |            |          | X     |          |         |      |          |
|                   | Salade verte                    |           |        |           |                 |        |      |       |            | X        |       |          |         |      | X        |
|                   | Fromage                         |           |        |           |                 |        | X    |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                   | Compote                         |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |



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 3

| Allergènes     |                                       | Arachides | Céleri | Crustacés | Fruits à coques | Gluten | Lait | Lupin | Mollusques | Moutarde | OEufs | Poissons | Sésames | Soja | Sulfites |
|----------------|---------------------------------------|-----------|--------|-----------|-----------------|--------|------|-------|------------|----------|-------|----------|---------|------|----------|
| Plats          |                                       |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
| Lundi 13/01    | Carottes râpées                       |           |        |           |                 |        |      |       |            | X        |       |          |         |      | X        |
|                | Sauté de Veau à l'estragon            |           |        |           |                 | X      | X    |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                | Pennes Bio                            |           |        |           |                 | X      | X    |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                | Yaourt Bio                            |           |        |           |                 |        | X    |       |            |          |       |          |         |      |          |
| Mardi 14/01    | Salade du Pêcheur (riz)               |           |        |           |                 |        |      |       |            | X        | X     | X        |         |      | X        |
|                | Poulet rôti                           |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                | Poêlée Maraichère                     |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                | Fromage blanc bio à la vanille        |           |        |           |                 |        | X    |       |            |          |       |          |         |      |          |
| Mercredi 15/01 | Dos de Lieu au citron                 |           |        |           |                 | X      | X    |       |            |          |       | X        |         |      | X        |
|                | Pommes persillées                     |           |        |           |                 |        | X    |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                | Camembert                             |           |        |           |                 |        | X    |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                | Fruit bio                             |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
| Jeudi 16/01    | Potage Dubarry                        |           |        |           |                 |        | X    |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                | Colombo de légumes et haricots rouges |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                | Riz bio                               |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                | Fromage<br>Brownie                    |           |        |           |                 | X      | X    |       |            |          | X     |          |         |      |          |
| Vendredi 17/01 | Salade verte bio                      |           |        |           |                 |        |      |       |            | X        |       |          |         |      | X        |
|                | Cheeseburger                          |           |        |           |                 | X      | X    |       |            | X        |       |          | X       |      |          |
|                | Frites                                |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |
|                | Fruit bio                             |           |        |           |                 |        |      |       |            |          |       |          |         |      |          |



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.