

# MENU POUR LA VISIO CRECHE

SEMAINE DU 21 DÉCEMBRE AU 25 DÉCEMBRE 2020

GRAND

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Potage légumes frais	Salade de pépinettes (Feta, Tomates)	Emincé de Poireaux en salade	Potage Québécois	
Plat principal	Omelette fraîche aux Herbes	Blanc de Dinde au jus	Emincé de Bœuf Provençale	Form'Suprême Hoki h. d'olive citron	
Légumes Féculents	Haricots verts extra fins Bio Petis pois	Epinards hachés à la crème	Chou-fleur au beurre	Petits-Pois à la crème	
Produit laitier	Comté	Coulommiers	Fromage Blanc	Gouda Bio Gouda	
Dessert	Clémentine	Flan vanille Bio Fruit de saison	Banane BIO	Pomme Golden	
Goûter	Pis-Suisses / Purée Pêche / Madeleine	Pain / Beurre / Kiwi	From. Blanc / Pain / Miel	Lait / Coco Pops / Mirabelles naturel	

# - GRANDS

SEMAINE DU 4 JANVIER AU 8 JANVIER 2021

GRAND

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Potage Saint-Germain	Taboulé	Salade de P. de terre ciboulette	Salade douceur œuf dur	Haricots verts en salade
Plat principal	Œufs brouillés aux herbes	Rôti de porc aux olives	Blanquette de Veau	Steack haché sauce américaine	Portion de Lieu au thym et citron vert
Légumes Féculents	Pâtes sauce tomate	Carottes vapeur Bio carottes	Julienne de légumes frais	Purée de Pommes de T	Blé Pilaf
Produit laitier	Vache qui rit BIO vache qui rit	Petit Suisse nature	Yaourt	Comté	Cantafrais
Dessert	Pomme locale	Compote Pomme	Banane BIO	Compote de fruits BIO yaourt aromatisé	Flan Caramel au lait BIO
Goûter	From. Bl. / Fruit saison / PIs-Beurre	Lait / Gateau maison citron	Cracotte / From. / Purée de Coing	Yaourt / pain / pâte de fruits	Pain / Chocolat / Ananas frais

SEMAINE DU 28 DÉCEMBRE AU 1 JANVIER 2021

GRAND

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Potage de lég frais	Carottes râpées au thym	Salade verte ciselée	Salade de Blé Tomates	
Plat principal	Jambon blanc	Sauté de Volaille	Rôti de Porc au jus	Plein filet Saumon h. d'olive	
Légumes Féculents	Lentilles au jus	Tortis Bio (H olive)	Mousseline de Potiron et Carottes	Haricots verts / P. de terre persillade	
Produit laitier	Camembert	Fromage Blanc	Tomme grise BIO yaourt nature	Samos	
Dessert	Kiwi Bio Fruit	Clémentines	Pomme au naturel Cannelle	Fruit Bio	
Goûter	Yaourt / Cracotte / Conf.	Pain / From. / Purée de Pomme	Riz au lait / Orange	Pis-Suisses / Purée Pruneaux / Madelon	

SEMAINE DU 11 JANVIER AU 15 JANVIER 2021

GRAND

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Salade de carottes cuites à l'orange	Salade de riz/maïs/dés de fromage	Potage de légumes frais	Betteraves rouges au fromage blanc	Salade de pépinettes à la feta
Plat principal	Raclette: Jambon/rosette	Emincés de Bœuf au Paprika	Rôti de Dinde Forestière (champignons)	Quenelles sauce Aurore	Cœur de filet Merlu beurre/citron
Légumes Féculents	Pommes de terre vapeur / Fromage à raclette	Purée de Brocoli Bio Brocolis aux herbes	Coquillettes Bio	Riz	Epinards hachés à la crème
Produit laitier		Fromage Blanc	Cotentin nature	Emmenthal	Coulommiers
Dessert	Clémentines Bio Fruit de saison	Clémentine	Crème dessert vanille	Banane Bio Banane	Compote de pomme Bio
Goûter	Pain / Fromage / Fruit de saison	Gateau maison chocolat/ Yaourt aromatisé	Madeline/Fr Blc / Purée de Fraise	Pis-Suisses / Mirab. Nat. / Boudoirs	Yaourt / Pain / Miel

Apprends à reconnaître les catégories d'aliments avec le code des couleurs :

	Légumes et fruits crus		Féculents
	Légumes et fruits cuits		Produits laitiers
	Plat protéinique		Produits sucrés

LEGÈRES :



Produit issu de l'agriculture biologique

SV : Plat sans viande, si géré par la collectivité

Menus établis sous réserve des contraintes d'approvisionnement.

Origine des viandes : Bœuf, Veau, Porc, Volaille : France ; Agneau : UE

NB : les besoins en viandes, poissons, œufs sont atteints avec la portion du midi, leur présence n'est donc pas recommandée au dîner ; Laitages et fromages ne sont pas nécessaires au dîner s'il y a encore un biberon de lait le soir.

Menus conformes à l'équilibre nutritionnel et aux recommandations du CEMRCN contrôlés par une Diététicienne Diplômée (fréquences nutritionnelles disponibles sur simple demande)

