

Menus du Restaurant Scolaire - Avril 2021

	Lundi	mardi	Jeudi	vendredi
du 01 au 02			<u>Repas végétarien</u> Salade de mâche et dès d'emmental Boulette de pois chiches bio Pâtes complètes et carottes sauce indienne à la tomate Yaourt aux fruits * moutarde, sulfites	Brandade et toasts Beignets de calamar Haricots verts Carré frais Banane * Sulfites, arachide, poisson et dérivés, mollusques, crustacés
du 05 au 09		<u>Repas de Pâques</u> Feuilleté de poisson à la dieppoise Gigot d'agneau Flageolets Pâtisserie : Cloche de pâques * Sulfites, soja, fruits à coque	Radis beurre Filet de colin Ebly Petit moulé Salade de fruits frais * Sulfites, poisson et dérivés	<u>Repas végétarien</u> Salade de pâtes 3 couleurs Omelette à l'emmental Julienne de légumes Kiwi * Sulfites, œuf
du 12 au 16	Salade d'endives à la mimolette, sauce vinaigrette Palette à la diable Cœur de blé pilaf Flan caramel * Sulfites, moutarde, œuf, soja	Friand au fromage Filet de hoki Carottes à la crème Morbier AOP Ananas frais * Sulfites, moutarde, poisson, arachide	<u>Repas végétarien</u> Œufs mimosa Gnocchis Epinards sautés Fraises * Arachide, sulfites, œuf, moutarde	Quiche Lorraine Emincé de bœuf Haricots plats sautés Pomme Red Gala * Sulfites, œufs
du 19 au 23	Salade de boulgour et échalotes Filet de Merlan à l'huile d'olive Pois gourmands, haricots verts Crème dessert au chocolat * Sulfites, soja, fruits à coque, poisson, moutarde	Saucisson, cornichons Boulettes de bœuf Pâtes papillon, emmental râpé Fraises * Sulfites	Salade de pois chiches et feuilles de chêne à la sauce vinaigrette, dès de Leerdammer Sauté de veau Poêlée de légumes (haricots verts, fèves, carottes, oignons rouges) Pêche au sirop, chantilly * Sulfites, moutarde	<u>Repas végétarien</u> Betteraves, mâche, pignons de pin Pané au fromage Petits pois Saint-Paulin bio Compote de pommes, biscuit du jour * Sulfites, moutarde, fruits à coque, œuf, arachide

Certaines répétitions dans les menus sont volontaires et permettent de profiter au maximum de la saisonnalité des produits.

Sous réserve de modification en fonction des cours et arrivages.

Du pain Bio est livré par une boulangerie locale 2 jours par semaine.

*Présence d'allergènes - Allergènes présents à chaque repas : gluten = blé - lactose = produits laitiers.

Compte-tenu des mesures pour lutter contre la Covid-19, les menus peuvent être simplifiés, nous comptons sur votre compréhension



Le mot du nutritionniste

Révision des repères alimentaires pour les enfants de 0-36 mois et 3-17 ans.

Le HCSP, autrement dit, le Haut Conseil de la Santé Publique, actualise les repères alimentaires du Programme national nutrition santé pour les enfants de 0 à 36 mois et de 3 à 17 ans.

Ces nouveaux repères alimentaires vont servir de support pour l'élaboration des messages et la communication destinée au grand public élaborés par *Santé publique France*. Ils ont été définis en termes de santé publique dans le but de permettre un état de santé et une croissance optimale pour chaque enfant.

Ces informations sont disponibles sur le site de HCSP (Haut Conseil de la Santé Publique) à l'adresse www.hcsp.fr

Au mois prochain.

