



Menus Restaurant Scolaire

Validés par une diététicienne du service nutrition de Brake France, suivant les recommandations du Groupe d'Etude des Marchés de Restauration Collective et de Nutrition (GEMRCN)

Lundi 09.10.2017	Mardi 10.10.2017	Jeudi 12.10.2017	Vendredi 13.10.2017
Salade de laitue romaine	Salade de carotte	Salade d'orge perlé	Velouté de courge
Sauté de veau Gratin de salsifis	Coquillettes au jambon	Bœuf bourguignon Sur sa purée de panais	Cœur de filet de merlu blanc sauce vanillée Pommes rissolées
Yaourt nature sucré	Chanteneige	Brie	Petit suisse
Banane	Ananas au sirop	Pomme	Poire

Lundi 16.10.2017	Mardi 17.10.2017	Jeudi 19.10.2017	Vendredi 20.10.2017
Salade de kasha (mélange de 3 céréales)	Salade verte	Salade de choux blanc	Velouté de brocolis
Raviolis aux poireaux	Sauté de poulet Poêlée de pois chiches aux champignons	Sauté d'agneau Petits pois	Solo de hoki marqué au grill citronné Purée de patates douces
Tomme de Savoie	Fromage blanc	Gouda	Yaourt aromatisé
Quetsche	Cocktail de fruits	Crêpes au sucre	Mandarine

Lundi 06.11.2017	Mardi 07.11.2017	Jeudi 09.11.2017	Vendredi 10.11.2017
Salade d'endive	Potage de céleri	Salade de mâche	Salade de betterave
Quenelle de brochet aux épinards	Sauté de veau Riz	Saucisse de Strasbourg Choucroute	Blé à l'espagnole
Petit suisse fruité	Emmental	Yaourt nature sucré	Saint nectaire
Banane	Clémentine	Gâteau aux pépites de chocolat	Poire

Viande (origine UE) / Poisson / Cuit : légume ou fruit cuit / Cru : légume ou fruit cru
Féculent / Fromage (100mg de calcium) / Fromage (+de 150mg de calcium)

= Circuits courts ou locaux



Menus Restaurant Scolaire

Validés par une diététicienne du service nutrition de Brake France, suivant les recommandations du Groupe d'Etude des Marchés de Restauration Collective et de Nutrition (GEMRCN)

Lundi 13.11.2017	Mardi 14.11.2017	Jeudi 16.11.2017	Vendredi 17.11.2017
Salade verte	Taboulé	Salade coleslaw	Velouté de pois cassés
Pintade aux jus Trio de quinoa	Cordon bleu Épinards à la crème	Pépinette à la viande hachée	Carottes braisées Filet de colin
Fromage blanc	Edam	Petit suisse	Fromage à tartiner
Kaki	Pomme	Oreillons d'abricot	Clémentine

Lundi 20.11.2017	Mardi 21.11.2017	Jeudi 23.11.2017	Vendredi 24.11.2017
Concombre au thon et fromage blanc	Salade verte	Taboulé	Salade d'endives et lardons
Blanquette de veau Purée de brocolis	Lentilles Solo de hoki	Viande hachée de veau Poulet rôti sur sa mousseline de courge	Lamelles d encornets à la tomate Torti
Emmental	Fromage blanc	Saint Nectaire	Petit suisse
Pruneaux au sirop	Compote de fruits	Poire	Cocktail de fruits

Remarque :

Bonne alternance de légumes et féculents/légumes secs

Il faut également des viandes non hachées de veau/bœuf/agneau

Bonne fréquence au niveau des crudités

Viande (origine UE) / Poisson / Cuitité : légume ou fruit cuit / Cruditité : légume ou fruit cru
Féculent / Fromage (100mg de calcium) / Fromage (+de 150mg de calcium)

= Circuits courts ou locaux