



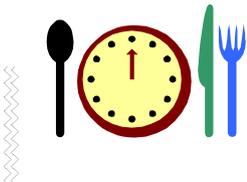
Menus

des restaurants scolaires



Stéphanie MATHIEU
Diététicienne

Semaine du 23 au 29 novembre 2020



	Lundi 23	Mardi 24	Mercredi 25	Jeudi 26	Vendredi 27
Hors d'œuvre 	<u>Repas veggie</u> Concombre mimosa (œuf dur)	Rillettes de thon /cornichon	Roulé au fromage	Salade harmonie (scarole, chou rouge et maïs)	salade de betteraves bio
Plat 	Nuggets de blé / ketchup	Lasagnes bolognaises	Brochette de poisson sauce citron	Gigot d'agneau rôti à l'ail	Cassolette de poisson au safran
Accompagnement 	Haricots beurre persillés	/	Flan de courgettes bio 	Haricots blancs	Pommes de terre vapeur persillées
Laitages 	Chamois d'or	Yaourt nature bio 	Carré de l'est	St Bricet	Fromage blanc aux fruits
Dessert 	Flan à la vanille nappé caramel bio 	Fruit frais	Fruit frais bio 	Compote pomme pêche	Fruit frais
Goûter 	Madeleine Yaourt à boire	Pain Crème de gruyère Jus de raisin	Brioche fourrés chocolat Lait nature	Pain Pâte à tartiner Fruit frais	Pain Beurre/confiture Fruit au sirop

C:\Users\ssi\Desktop\Stéphanie\Menus 2020-07-nov-jan\M1-Sivomenu scolaires¢res-novembre à janvier 2021.doc

Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque.
P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.



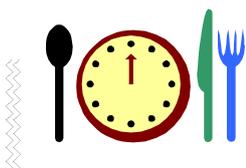
Menus

des restaurants scolaires



Stéphanie MATHIEU
Diététicienne

Semaine du 30 novembre au 6 décembre 2020



	Lundi 2	Mardi 3	Mercredi 4	Jeudi 5	Vendredi 6
Hors d'œuvre 	Céleri rémoulade	<u>Repas veggie</u> Salade hollandaise Chou blanc et gouda	Sardines citron	Carottes râpées bio à la coriandre 	Velouté de potiron
Plat 	Bœuf bourguignon	<u>Omelette nature</u>	Escalope de dinde label rouge à la crème 	Saucisse de Toulouse* Sp saucisse de volaille	Filet de cabillaud sauce basquaise (tomate, poivron, oignon)
Accompagnement 	Beignets de brocolis	<u>Epinards à la crème</u>	Poêlée parisienne maison (pomme campagnarde, haricot vert, carotte et champignon cuisinés)	Purée de pois cassés	Blé
Laitages 	Petit suisse	<u>Brebis crème</u>	Emmental	Tomme blanche	Yaourt bio brassé pomme caramel
Dessert 	Fruit frais bio 	<u>Tarte aux pommes</u>	Fruit frais	Poire au sirop	Fruit frais
Goûter 	Pain de campagne Crème de gruyère Jus de pomme	Pain /beurre chocolat Fruit frais	Chausson aux pommes Yaourt à boire	Pain / beurre Confiture Fruit frais	Quatre quart Purée de fruit bio

C:\Users\ssi\Desktop\Stéphanie\Menus 2020-07-nov-janv\W1-S1-menus scolaires¢res-novembre à janvier 2021.doc

Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque.

P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.



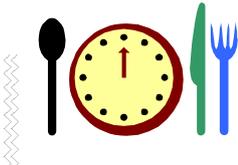
Menus

des restaurants scolaires



Stéphanie MATHIEU
Diététicienne

Semaine du 7 au 13 décembre 2020



	Lundi 7	Mardi 8	Mercredi 9	Jeudi 10	Vendredi 11
Hors d'œuvre 	Demi pomelo	Betteraves râpées persillées	<u>Repas veggie</u> Salade verte	Salade du pêcheur (Pomme de terre et thon vinaigrette)	Radis beurre
Plat 	Filet de colin meunière citron	Boulettes de bœuf sauce Bercy (sauce brune aux oignons)	Tajine de légumes, fruits secs et amandes	Rôti de veau forestier (Champignon, carotte, oignon et crème)	Filet de lieu au beurre blanc
Accompagnement 	Petits pois cuisinés	Pâtes papillons	Riz bio pilaf 	Gratin de chou-fleur bio 	Boullghour aux petits légumes
Laitages 	Fromage blanc	Camembert bio 	Chèvre frais	Yaourt aromatisé	St Paulin
Dessert 	Biscuits sablés de Retz	Fruit frais bio 	Purée de pomme cassis	Fruit frais	Dessert lacté bio cacao
Goûter 	Pain Beurre / miel Fruit frais	Gaufre Yaourt à boire	Pain Pâte à tartiner Fruit frais	Pain Kiri Jus d'ananas	Pain au chocolat Lait nature

C:\Users\ssi\Desktop\Stéphanie\Menus 2020-07-nov-janv\M1-S1-menus scolaires¢res-novembre à janvier 2021.doc

Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque
P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.

SIVOM de Stains et Pierrefitte

Cuisine de la cerisaie



Menus

des restaurants scolaires

Stéphanie MATHIEU
Diététicienne

Semaine du 14 au 20 décembre 2020



	Lundi 14	Mardi 15	Mercredi 16	Jeudi 17	Vendredi 18
Hors d'œuvre 	Salade de pâtes au basilic	Salade coleslaw (chou blanc et carotte)	Potage florentin bio (Épinard bio et crème) 	Menu	<u>Repas veggie</u> Œufs durs bio mayonnaise
Plat 	Steak haché	Brandade de morue	Sauté d'agneau au curry	De	Tarte aux trois fromages
Accompagnement 	Haricots verts extra-fins persillés	/	Semoule	Fêtes	Salade verte
Laitages 	Tomme de Savoie	Crème de gruyère	Petit suisse aromatisé aux fruits		Yaourt nature bio
Dessert 	Fruit frais bio 	Ananas au sirop	Fruit frais		Fruit frais
Goûter 	Pain /beurre confiture Yaourt à boire	Beignet Fruit frais	Pain Crème de gruyère Jus d'orange	Spéculoos Purée de pomme bio 	Pain de campagne Beurre/chocolat Lait nature

C:\Users\ssi\Desktop\Stéphanie\Menus 2020-07-nov-janv\W1-S1-menus scolaires&centres-novembre à janvier 2021.doc

Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque.

P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.



Menus

des centres de loisirs



Stéphanie MATHIEU
Diététicienne



Semaine du 21 au 27 décembre 2020

	Lundi 21	Mardi 22	Mercredi 23	Jeudi 24	Vendredi 25
Hors d'œuvre 	Repas veggie Salade verte	Betteraves en cubes et maïs	Velouté de courgettes bio à la vache qui rit 	<i>Médailillon de surimi, salade et sauce cocktail</i>	F
Plat 	Raviolis de légumes	Beignets de calamars / citron	Bœuf miron-ton	<i>Poulet bio sauce suprême</i>	E
Accompagnement 	/	Gratin de brocolis bio 	Jeunes carottes	<i>Tagliatelles</i>	R
Laitages 	Fromage blanc vanillé	Boursin nature	Petit suisse	<i>comté AOC</i> 	I
Dessert 	Pomme au four	Fruit frais	Fruit frais bio 	<i>Glace</i>	E
Goûter 	Pain samos fruit frais	Petits beurre Compote	Pain Pâte à tartiner jus de raisin	Barre de céréales Lait nature Fruit frais	

C:\Users\ssi\Desktop\Stéphanie\Menus 2020-07-nov-janv\M1-S-menus scolaires¢res-novembre à janvier 2021.doc

Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque.

P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.



Menus

des centres de loisirs



Stéphanie MATHIEU
Diététicienne



Semaine du 28 décembre au 3 janvier 2021

	Lundi 28	Mardi 29	Mercredi 30	Jeudi 31	Vendredi 1 ^{er}
Hors d'œuvre 	Salade d'haricots verts	Salade verte	<u>Repas veggie</u> Radis râpés à l'échalote	Crêpe au fromage	F
Plat 	Veau marengo	Cordon bleu	Mijoté d'haricots rouges et blancs	Filet de cabillaud sauce citron	E
Accompagnement 	Purée de potiron	Poêlée rataouille	Riz bio 	Epinards bio à la crème 	R
Laitages 	Yaourt aux fruits mixés	Tomme noire	Chanteneige	Fromage blanc bio 	I
Dessert 	Fruit frais bio 	Compote	Liégeois chocolat	Fruit frais	E
Goûter 	Donut Lait nature	Pain/beurre Confiture Fruit frais	Quatre quart Yaourt à boire	Pain de campagne Crème de gruyère Jus de pomme	

Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque.

P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.



Menus

des restaurants scolaires



Stéphanie MATHIEU
Diététicienne



Semaine du 4 au 10 janvier 2021

	Lundi 4	Mardi 5	Mercredi 6	Jeudi 7	Vendredi 8
Hors d'œuvre 	Rillettes de thon /cornichon	Concombre ciboulette	<u>Menu veggie</u> Céleri rémoulade	Potage de légumes bio 	Carottes râpées au cumin
Plat 	Steak haché	Lasagnes de saumon	Omelette parmentière maison	Petit salé Sp : blanc de dinde	Filet de lieu à la provençale
Accompagnement 	Beignets de courgettes	/	Salade verte	Lentilles	Chou-fleur bio en brisures
Laitages 	Yaourt nature bio 	Babybel	Bûche du pilât	petit suisse aromatisé aux fruits	St Moret
Dessert 	Fruit frais	Ananas au sirop	Fruit frais bio 	Fruit frais	Galette des rois
Goûter 	Biscuits fourrés chocolat Purée de pomme bio 	Pain / beurre Miel Fruit frais	Brioche Confiture Lait chocolaté	Pain Crème de gruyère Jus d'orange	Pain / beurre chocolat Fruit frais

C:\Users\ssi\Desktop\Stéphanie\Menus 2020-07-nov-janv\W1-S-menus scolaires¢res-novembre à janvier 2021.doc

Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque.

P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

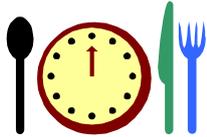
Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.



Menus

des restaurants scolaires



Semaine du 11 au 17 janvier 2021

	Lundi 11	Mardi 12	Mercredi 13	Jeudi 14	Vendredi 15
Hors d'œuvre 	Betteraves bio persillées 	Endives et scarole et œuf dur	Pizza bio au fromage 	Duo de chou blanc et rouge vinaigrette	<u>Menu veggie</u> Demi pomelo
Plat 	Pépites de poisson / citron	Navarrin d'agneau	Paupiette de veau jus aux oignons	Poulet rôti aux herbes	Spaghetti bio sauce bolognaise végétale
Accompagnement 	Haricots beurre	Riz bio 	Flan de carottes	Purée de pomme de terre	/
Laitages 	Gâteau de semoule	Brie	Fromage blanc	St Nectaire	Yaourt aromatisé bio
Dessert 	Fruit frais	Purée pomme vanille	Fruit frais bio 	Abricots secs	Palmier
Goûter 	Pain de campagne Pâte à tartiner Lait nature	Duo moelleux chocolat/vanille Fruit frais	Gaufre Yaourt à boire	Pain /beurre Confiture Fruit frais	Pain kiri fruit frais

C:\Users\ssi\Desktop\Stéphanie\Menus 2020-07-nov-janv\M1-S1-menus scolaires¢res-novembre à janvier 2021.doc

Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruit à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin et mollusque.

P.S : Ces menus peuvent, toutefois, être modifiés en fonction des contraintes d'approvisionnement et de fluctuations des marchés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.



Menus



des restaurants scolaires

Semaine du 18 au 24 janvier 2021



	Lundi 18	Mardi 19	Mercredi 20	Jeudi 21	Vendredi 22
Hors d'œuvre 	Salade de Corinthe (carottes et raisins secs)	Salade iceberg et maïs	Potage parisien (poireaux et pomme de terre)	Maquereau à la tomate et salade	Repas Veggie Betteraves râpées persillées
Plat 	Chipolatas* /ketchup Sp : chipolata de volaille	Marmite du pêcheur	Emincé de bœuf au paprika	Brochette de dinde au jus	Quenelles natures sauce Mornay (sauce béchamel au fromage)
Accompagnement 	Frites	Brocolis bio gratinés	Pâtes penne bio 	Épinards à l'égyptienne (tomate et pois chiche)	Riz safrané
Laitages 	Fromage blanc vanillé	Tartare nature	Yaourt aux fruits mixés	Leerdammer	Camembert bio
Dessert 	Fruit frais bio 	Coupelle de fruits au sirop	Fruit frais	Crème dessert bio 	Fruit frais
Goûter 	Muffin Lait nature	Pain/beurre chocolat Fruit frais	Pain Crème de gruyère Jus de d'ananas	Pain /beurre confiture Fruit frais	Petits beurre compote

C:\Users\ssi\Desktop\Stéphanie\Menus 2020-07-nov-janv\W1-Sivomenu scolaires¢res-novembre à janvier 2021.doc

Les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants : Céréales contenant du gluten, crustacé, œuf, poisson, arachide, Soja, Lait, fruits à coque, et tout fruit, et de produits de fermentation des lactaires, fruits d'apposés, miel et produits sucrés

Le goûter concerne :

- ☞ La garderie des écoles maternelles toute l'année
- ☞ Les centres de loisirs le mercredi et les vacances scolaires

Repas veggie

Repas proposé sans viande ni poisson. L'apport en protéine est couvert par d'autres sources comme les légumineuses, les produits laitiers et/ou les œufs.