

Cuisine centrale « La Nichée » 356 Avenue Leclerc 59450 Sin le Noble Agrément sanitaire N° FR59.569.109/CE. Siret 215 905 696 00 229
Restauration à domicile. Menus du mois d'Avril 2017

<p><u>Lundi 03 Avril</u> Céleri rémoulade Roti de bœuf (Sv/Sp : <i>Filet meunière</i>) Purée Crécy Emmental en tranche (20/200mg/Calcium) Fruit</p>	<p><u>Mardi 04 Avril</u> Velouté de cresson Cordon bleu de dinde (Sv/Sp : <i>Hoki provençal</i>) Coquillettes en sauce Samos (20/150mg/Calcium) Fruit</p>	<p><u>Mercredi 05 Avril</u> Tomates vinaigrette Omelette aux champignons Ébly sauce tomate Fromage blanc sucré (100/150mg/Calcium) Fruit</p>	<p><u>Jeudi 06 Avril</u> Filet de maquereau Blanquette de veau à la crème (Sv/Sp : <i>Aiguillette de colin</i>) Petits légumes /Semoule Camembert laitier (30/150mg/Calcium) Fruit</p>	<p><u>Vendredi 07 Avril</u> Salade de carottes Croustillant au fromage Petits pois/Carottes/Pdt Pâtisserie</p>	<p><u>Samedi 08 Avril</u> Radis beurre et sel Cervelas Obernois (Sv/Sp : <i>Omelette</i>) Poêlée de légumes/Céréales Fromage frais aux fruits (100/90mg/Calcium) Fruit</p>	<p><u>Dimanche 09 Avril</u> ½ Avocat garni Rôti de Veau (Sv/Sp : <i>Steak de soja</i>) Endives braisées & Pommes Roousty Pointe de Roquefort (20/170mg/Calcium) Fruit</p>
<p><u>Lundi 10 Avril</u> Salade, Œuf dur Pavé de saumon Sauce tartare (Sv/Sp : <i>Pépîte de colin</i>) Haricots beurre/Pdt Port Salut (30/210mg/Calcium) Compote de fruits.</p>	<p><u>Mardi 11 Avril</u> Crudité au Surimi Nuggets de poulet (Sv/Sp : <i>Pépites de colin</i>) Rôsti aux légumes Velouté Fruit (125/171mg/Calcium) Génoise à la confiture</p>	<p><u>Mercredi 12 Avril</u> Carottes et maïs Dos de colin sauce crevette Épinards à l'ail & Riz Bonbel (30/228mg/calcium) Fruit</p>	<p><u>Jeudi 13 Avril</u> Macédoine de légumes Filet de dinde en sauce (Sv/Sp : <i>Dos de Cabillaud</i>) Macaronis Carré Président (16.66/150mg/Calcium) Fruit</p>	<p><u>Vendredi 14 Avril</u> Laitue Hachis de bœuf (Sv/Sp : <i>Filet meunière</i>) Purée au lait Tarte aux pommes</p>	<p><u>Samedi 15 Avril</u> Velouté de légumes Endives au jambon, béchamel et Pdt (Sv/Sp : <i>Cœur de merlu</i>) St Bricet (20/158mg/Calcium) Fruit</p>	<p><u>Dimanche 16 Avril</u> Quiche aux poireaux Paupiette de veau (Sv/Sp : <i>Brandade de morue</i>) Chou-fleur Brebicrème (20/150mg/Calcium) Cocktail de fruits</p>
<p><u>Lundi 17 Avril (Féié)</u> <u>Livraison ce jour</u> Crème d'asperge Fricassée d'agneau Fèves à la crème. Pavé d'Affinois (30/124mg/Calcium) Fruits au sirop</p>	<p><u>Mardi 18 Avril</u> Potage de légumes Filet de dinde (Sv/Sp : <i>Pavé de hoki pané</i>) Pom'Crysties Petits suisses sucrés (120/92.5mg/Calcium) Fruit</p>	<p><u>Mercredi 19 Avril</u> Betteraves en dès Raviolis au bœuf (Sv/Sp : <i>Pané fromager</i>) Yaourt aromatisé (125/118mg/Calcium) Fruit</p>	<p><u>Jeudi 20 Avril</u> Concombre façon bulgare Poulet à l'ananas (Sv/Sp : <i>Portion de colin</i>) Riz cantonnais Rondelé nature (16.66/150mg/Calcium) Fruit</p>	<p><u>Vendredi 21 Avril</u> Emincé d'endives à la mimolette Dos de cabillaud à la crème de poireaux Potiron au beurre & pdt Yaourt au sucre de canne (125/151mg/Calcium) Fruit</p>	<p><u>Samedi 22 Avril</u> Salade piémontaise Escalope de volaille (Sv/Sp : <i>Dos de lieu</i>) Fondue de champignons Semoule de blé Crème dessert (125/134mg/Calcium)</p>	<p><u>Dimanche 23 Avril</u> Roulade pistache et salade Paleron de bœuf en sauce (Sv/Sp : <i>Pavé de merlu</i>) Carottes fondantes & Pdt Mini Roitelet (30/150mg/Calcium) Fruit</p>
<p><u>Lundi 24 Avril</u> Salades mêlées Lasagnes bolognaises (Sv/Sp : <i>Hoki citronné</i>) Mini Babybel (20/144mg/Calcium) Fruit</p>	<p><u>Mardi 25 Avril</u> Dès de tomate vinaigrette Rôti de veau en sauce (Sv/Sp : <i>Colin aux épinards</i>) Poêlée de légumes et pdt Vache qui rit (16.66/152mg/Calcium) Fruit</p>	<p><u>Mercredi 26 Avril</u> Asperges ciboulette Fricassée de porc (Sv/Sp : <i>Saumon</i>) Riz Madras Carré président (16.66/150mg/Calcium) Beignet au chocolat</p>	<p><u>Jeudi 27 Avril</u> Blanc de poireaux Aiguillette de colin au fromage Fondue de carottes/Tortis Mousse chocolat au lait (54/48mg/Calcium) Sablé des Flandres</p>	<p><u>Vendredi 28 Avril</u> Charcuteries et cornichons Omelette Forestière (Sv/Sp : <i>Filet meunière</i>) Haricots verts & Pdt Kiri crème (20/150mg/Calcium) Fruit</p>	<p><u>Samedi 29 Avril</u> Quiche Lorraine Jambon au madère (Sv/Sp : <i>Filet de carrelet</i>) Navets braisés Yaourt nature sucré (125/151Mg/Calcium) Fruit</p>	<p><u>Dimanche 30 Avril</u> Potage au cresson Sauté de veau à la crème (Sv/Sp : <i>Hoki à l'ail</i>) Flan aux légumes et Pdt Babybel (22/154mg/Calcium) Fruit</p>

Ces menus sont conformes aux recommandations relatives à la nutrition du groupe d'étude des marchés de restauration collective et de nutrition (GEMRCN) en application du décret n°2011-1227 du 30/09/2011 relatif à la qualité nutritionnelle des repas servis dans le cadre de la restauration à domicile. Fréquences conformes observées sur 28 repas consécutifs. 100/150 Mg : teneur en calcium par portion de fromage ou de produit laitier.

Sp/Sv : Menu sans porc/sans viande. Fruits partiellement issus de l'agriculture biologique (suivant les possibilités d'approvisionnement). Menus établis sous réserve de disponibilité des produits.

Certains plats sont susceptibles de contenir des allergènes : gluten, crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graine de sésame, anhydride sulfureux, lupin et mollusques.

Fruits et légumes frais de saison utilisés dans nos recettes (sous réserve des possibilités d'approvisionnement) :

Fruits : Avocat, Banane, Citron, Kiwi, Mandarine, Orange, Pamplemousse, Pomme, PapayeLégumes : Ail, Asperge, Bette, Carotte, Chou blanc, Céleri, épinards, Oignon, Radis

Mme Hélène Buyschaert
Diététicienne- Nutritionniste Cabinet de nutrition.15 Rue Maison Dieu- 75014 Paris

Jean Christophe Rouzé
Gestionnaire du Service restauration. Jean-christophe.rouze@mairie-sinlenoble.fr