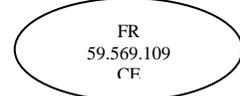


**Cuisine centrale « La Nichée » 356 Avenue Leclerc 59450 Sin le Noble**  
**Agrément sanitaire N° FR59.569.109/CE. Siret 215 905 696 00 229**  
**Restauration à domicile. Menus du mois de Mai 2017**



<p><u>Lundi 1<sup>er</sup> Mai (Férier)</u>                  Macédoine et œuf dur                  Rôti de veau en sauce  <i>(Sv/Sp : Filet Meunière)</i>                  Carottes Vichy                  Pommes aux herbes                  Mini Brin (25/112mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Mardi 02 Mai</u>                  Salades mêlées                  Raviolis et gruyère râpé  <i>(Sv/Sp : Hoki Provençal)</i>                  Bulguy aux fruits mixés                  (125/130mg/calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Mercredi 03 Mai</u>                  Chou fleur en salade                  Paleron de bœuf en sauce  <i>(Sv/Sp : Omelette)</i>                  Côtes de bettes &amp; Pdt béchamel                  Portion de camembert                  (30/150mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Jeudi 04 Mai</u>                  Tomates vinaigrette                  Escalope de poulet à la Sicilienne  <i>(Sv/Sp : Aiguillette de colin)</i>                  Coquillettes                  St Paulin (20/158mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Vendredi 05 Mai</u>                  Salami &amp; cornichons                  Merlu aux trois poivrons                  Bâtonnière de légumes/Riz                  Chanteneige                  (16.66/100mg/calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Samedi 06 Mai</u>                  Panier de tomate au thon                  Saucisse de Toulouse  <i>(Sv/Sp : Pané Fromager)</i>                  Pdt aux oignons                  Haricots à la tomate                  Yaourt brassé sucré aux fruits                  (125/134mg/Calcium)</p>	<p><u>Dimanche 07 Mai</u>                  Concombre à l'estragon                  Escalope viennoise  <i>(Sv/Sp : Steak de soja)</i>                  Pom'Roesty                  Port Salut (30/210mg/Calcium)                  Fruit</p>
<p><u>Lundi 08 Mai (Férier)</u>                  Dês de tomates au maïs                  Longe de porc aux oignons  <i>(Sv/Sp : Saumon)</i>                  Haricots verts &amp; Pdt                  Crème dessert chocolat                  (125/134mg/Calcium)</p>	<p><u>Mardi 09 Mai</u>                  Salades mêlées à l'échalote                  Hachis Parmentier  <i>(Sv/Sp : Pépites de colin)</i>                  Six de Savoie                  (20/150mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Mercredi 10 Mai</u>                  Carottes râpées                  Dos de colin sauce citronnée                  Purée aux trois légumes                  Yaourt aromatisé                  (125/151mg/Calcium)</p>	<p><u>Jeudi 11 Mai</u>                  Betteraves au fromage blanc                  Sauté de bœuf  <i>(Sv/Sp : Dos de cabillaud)</i>                  Fondue de carottes, oignons                  &amp; penne                  Carré fondu Président                  (16.6/150mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Vendredi 12 Mai</u>                  Radis – sel et beurre                  Solo de hoki au grill                  Gratin de courgettes &amp; Riz                  Petit Montebourg sucrés                  (120/133mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Samedi 13 Mai</u>                  Assiette Anglaise                  Veau Marengo  <i>(Sv/Sp : Filet Meunière)</i>                  Pdt vapeur et légumes                  Rondelé aux noix                  (16.6/150mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Dimanche 14 Mai</u>                  Asperges vinaigrette                  Fondant de volaille  <i>(Sv/Sp : Cœur de Merlu)</i>                  Galettes de légumes                  Mini Roitelet                  (30/150mg/Calcium)                  Tartelette aux pommes</p>
<p><u>Lundi 15 Mai</u>                  Velouté de potiron &amp; croûtons                  Fricassée de porc charcutière  <i>(Sv/Sp : Hoki pané)</i>                  Ratatouille niçoise/ Pdt                  Vache qui rit                  (16.66/152mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Mardi 16 Mai</u>                  Croq'Salade                  Escalope de dinde  <i>(Sv/Sp : Colin en sauce)</i>                  Tortis aux légumes                  Rondelé nature                  (16.66/150mg/Calcium)                  Dês de fruits au sirop</p>	<p><u>Mercredi 17 Mai</u>                  Emincé de poireaux vinaigrette                  Sauté d'Agneau  <i>(Sv/Sp : Filet Meunière)</i>                  Semoule aux abricots                  St Moret                  (20/180mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Jeudi 18 Mai</u>                  Concombres façon bulgare                  Filet de poulet Sauce blanche  <i>(Sv/Sp : Filet de saumon)</i>                  Epinards et Ebly                  Velouté Fruix                  (125/171mg/Calcium)</p>	<p><u>Vendredi 19 Mai</u>                  Cocktail d'endives et carottes                  Colin Meunière &amp; citron                  Tomates Provençales / Riz                  Liégeois au chocolat                  (100/100mg/Calcium)</p>	<p><u>Samedi 20 Mai</u>                  Cœur de palmier vinaigrette                  Longe de porc Orloff  <i>(Sv/Sp : Brandade de Morue)</i>                  Salsifis à l'ail et tortis                  Fromage frais sucré                  (100/111mg/Calcium)</p>	<p><u>Dimanche 21 Mai</u>                  Mâche aux noix                  Bœuf braisé  <i>(Sv/Sp : Dos de lieu)</i>                  Poêlée méditerranéenne/Pdt                  Pont l'Evêque                  Fruit</p>
<p><u>Lundi 22 Mai</u>                  Tomate vinaigrette                  Saucisses de Strasbourg  <i>(Sv/Sp : Hoki citronné)</i>                  Purée au lait                  Compote de pommes                  Flan vanille caramel                  (90/101mg/Calcium)</p>	<p><u>Mardi 23 Mai</u>                  Carottes au citron                  Rôti de bœuf  <i>(Sv/Sp : Colin aux épinards)</i>                  Petits pois &amp; Pdt plates                  Mini pavé d'Affinois                  (30/124mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Mercredi 24 Mai</u>                  Cocktail Coleslaw                  Dos de cabillaud sauce Hollandaise  <i>(Sv/Sp : Filet Meunière)</i>                  Haricots beurre/Pdt                  Rondelé nature                  (16.6/150mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Jeudi 25 Mai (Férier)</u>                  Taboulé aux raisins                  Filet de dinde en sauce  <i>(Sv/Sp : Hoki à l'ail)</i>                  Courgettes                  Panna cotta aux fruits rouges                  Sablé</p>	<p><u>Vendredi 26 Mai</u>                  Velouté printanier                  Aiguillette de colin au fromage                  Petits pois /Riz                  Samos                  (20/150mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Samedi 27 Mai</u>                  Délice aux deux poissons                  Chou farci sauce tomate  <i>(Sv/Sp : Filet de carrelet)</i>                  Ebly aux légumes                  Yaourt brassé aux fruits                  (125/134mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Dimanche 28 Mai</u>                  Terrine de campagne                  Rôti de veau  <i>(Sv/Sp : Cœur de merlu)</i>                  Sauce forestière                  Gratin Dauphinois                  Yaourt nature sucré                  (125/151mg/Calcium)                  Fruit</p>
<p><u>Lundi 29 Mai</u>                  Macédoine et Surimi                  Escalope de porc  <i>(Sv/Sp : Portion de colin)</i>                  Tortis sauce aux légumes                  Kiri crème                  (20/150mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Mardi 30 Mai</u>                  Céleri rémoulade à l'ananas                  Fricassée de dinde à la crème  <i>(Sv/Sp : Paupiette du pêcheur)</i>                  Riz aux champignons                  Mini Babybel (22/154mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Mercredi 31 Mai</u>                  Tomato, Sardines &amp; citron                  Omelette provençale                  Carottes au jus/Pdt                  Yaourt à boire                  (100/103mg/Calcium)</p>	<p><u>Jeudi 1<sup>er</sup> Juin</u>                  Couscous Poulet/Merguez                  (Semoule/Légumes)  <i>(Sv/Sp : Croustillant fromager)</i>                  St Bricet                  (25/150mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Vendredi 02 Juin</u>                  Chou blanc râpé                  Dos de Merlu sauce ciboulette                  Riz Basmati/Haricots plats                  Mini Bonbel                  (22/154mg/calcium)                  Eclair au chocolat</p>	<p><u>Samedi 03 Juin</u>                  Potage au cresson                  Escalope de veau  <i>(Sv/Sp : Poisson blanc à la bordelaise)</i>                  Endives braisées &amp; grenailles                  persillées                  Chèvreine                  (20/150mg/Calcium)                  Fruit</p>	<p><u>Dimanche 04 Juin</u>                  ½ Pamplemousse                  Sauté de canard  <i>(Sv/Sp : Saumonette)</i>                  Purée et Pommes fruit                  caramélisées                  Maroilles                  (30/270mg/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 35 repas consécutifs//.Mg/Calcium : teneur en calcium par portion de fromage ou de produit laitier. Fruits et légumes 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 : Ananas, Avocat, Banane, Citron, Kiwi, Mandarine, Orange, Pamplemousse, Poire, Pomme, Papaye  
 Légumes : Carotte, chou blanc, frisé, rouge, Céleri, Endives, Oignons, Poireau, Radis, Salsifis ....*

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

**Jean Christophe Rouzé**  
 Gestionnaire du Service restauration. [Jean-christophe.rouze@mairie-sinlenoble.fr](mailto:Jean-christophe.rouze@mairie-sinlenoble.fr)