

**Cuisine centrale et Restaurant La Nichée / Restaurant Aragon / Restaurant Paulette Deblock**  
**356 Avenue Leclerc 59450 Sin le Noble Agrément sanitaire N° FR59.569.109/CE. Siret 215 905 696 00 229**

FR  
59.569.109  
CE

Menus du mois de Mars 2017. Restauration Scolaire et centre aéré.

<p><b><u>Lundi 06 Mars</u></b> Salade de tomate vinaigrette Rôti de veau Coquillettes en sauce (Sv/Sp : <b>Filet meunière</b>) Crème dessert vanille (125/115mg/Calcium)</p>	<p><b><u>Mardi 07 Mars</u></b> Crème de petits pois Filet de poulet rôti Sauce à la crème Sauce à l'abricot (Sv/Sp : <b>Hoki provençal</b>) Yaourt aromatisé (125/118mg/Calcium) Fruit</p>	<p><b><u>Mercredi 08 Mars</u></b> Pavé de saumon Sauce citronnée Brocolis &amp; Pdt Carré Président (16.66/150mg/Calcium) Fruit</p>	<p><b><u>Jeudi 09 Mars</u></b> Carottes râpées Sauté de porc à l'ancienne Flageolets &amp; Tomate à l'ail (Sv/Sp : <b>Aiguillette de colin</b>) Kiri crème (20/150mg/Calcium) Fruit</p>	<p><b><u>Vendredi 10 Mars</u></b> Emincé d'endives à la mimolette Paupiette du pêcheur Courgettes et riz blanc Mini Babybel (20/144mg/Calcium) Fruit</p>
<p><b><u>Lundi 13 Mars</u></b> Estouffade de bœuf Pommes Crispies /Haricots verts (Sv/Sp : <b>Pépète de colin</b>) St Bricet (20/158mg/Calcium) Fruit</p>	<p><b><u>Mardi 14 Mars</u></b> Betteraves aux oignons Escalope de dinde Tagliatelles à l'italienne (Sv/Sp : <b>Pané fromager</b>) Yaourt nature au sucre de canne (125/151mg/Calcium)</p>	<p><b><u>Mercredi 15 Mars</u></b> Omelette parisienne aux Pdt Fondue de carottes Port Salut (30/210mg/Calcium) Fruit</p>	<p><b><u>Jeudi 16 Mars</u></b> Tomate au thon Longe de porc provençale Riz pilaf/Ratatouille (Sv/Sp : <b>Dos de cabillaud</b>) Bulgy aux fruits (125/130mg/Calcium)</p>	<p><b><u>Vendredi 17 Mars</u></b> Roulade et salami Pavé de hoki meunière Bâtonnière de légumes/Pdt Rondelé nature (16.66/150mg/Calcium) Fruit</p>
<p><b><u>Lundi 20 Mars</u></b> Salade composée Sauté de veau en sauce Épinards à l'ail &amp; Pdt (Sv/Sp : <b>Hoki citronné</b>) Samos (20/150mg/Calcium) Fruit</p>	<p><b><u>Mardi 21 Mars</u></b> Chou-fleur et mais vinaigrette Blanc de poulet Tortis en sauce (Sv/Sp : <b>Portion de colin</b>) Petits suisses sucrés (120/92.5mg/Calcium) Fruit</p>	<p><b><u>Mercredi 22 Mars</u></b> Potage aux légumes Tomates farcies Riz Basmati (Sv/Sp : Filet de saumon) Mini Babybel (22/154mg/Calcium) Fruit</p>	<p><b><u>Jeudi 23 Mars</u></b> Concombres à la crème de ciboulette Filet de porc façon Orloff Purée de pdt et brocolis (Sv/Sp : <b>Pané de hoki</b>) Fromage frais aux fruits (100/90mg/Calcium)</p>	<p><b><u>Vendredi 24 Mars</u></b> Carottes aux raisins Pavé de colin Sauce tartare Haricots beurre/Pommes vapeur Six de Savoie (20/150mg/Calcium) Fruit</p>
<p><b><u>Lundi 27 Mars</u></b> Macédoine de légumes Carbonnade flamande Semoule de blé /Carottes fondantes (Sv/Sp : <b>Colin au fromage</b>) Bonbel (30/228mg/calcium) Fruit</p>	<p><b><u>Mardi 28 Mars</u></b> Salade au thon Filet de dinde à la mozzarella Pennes aux champignons (Sv/Sp : <b>Filet meunière</b>) Yaourt à boire (100/103mg/Calcium) Fruit</p>	<p><b><u>Mercredi 29 Mars</u></b> Concombre au maïs Dos de cabillaud Sauce crevettes Riz Madras Rondelé nature (16.66/150mg/Calcium) Fruit</p>	<p><b><u>Jeudi 30 Mars</u></b> Râpé de céleri Fricassée de porc Grenailles rôties au miel et salsifis (Sv/Sp : <b>Colin aux épinards</b>) Velouté Fruix (125/171mg/Calcium)</p>	<p><b><u>Vendredi 31 Mars</u></b> Salades mêlées Omelette forestière Pdt et haricots plats Chanteneige (16.66/100mg/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 scolaire. Fréquences conformes observées sur 20 repas consécutifs. 100/150 Mg : 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). Pain et eau à chaque repas /Menus établis sous réserve de disponibilité des produits.

*Sp/Sv : Menu sans porc/sans viande.*

***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,*

*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)