

Cuisine centrale et Restaurant « La Nichée »/Restaurant Aragon /Restaurant Cézanne
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 Novembre 2017.Restauration Scolaire et centre aéré.

<u>Lundi 06 Novembre</u> Macédoine Filet de porc au miel <i>(Sp/Sv : Filet meunière)</i> Poêlée gourmande /Riz Bonbel tranche (30/228 mg/Calcium) Fruit	<u>Mardi 07 Novembre</u> Tomate au thon et mais Sauté de Bœuf <i>(Sp/Sv : Solo de hoki provençal)</i> Fondue de carottes et Ebly Kiri crème (20/150 mg/Calcium) Fruit	<u>Mercredi 08 Novembre</u> Râpé de chou blanc vinaigrette Omelette forestière Pommes plates / Haricots verts Velouté Fruix (125/150 mg/Calcium)	<u>Jeudi 09 Novembre</u> Velouté de tomates Roti de dinde et champignons <i>(Sp/Sv : Paupiette du pêcheur)</i> Pdt aux oignons/Petits pois Mini Roitelet (30/150 mg/Calcium) Fruit	<u>Vendredi 10 Novembre</u> Carottes râpées Filet Meunière et citron Brocolis au gratin/Tortis Petit Cotentin nature (16.67/150 mg /Calcium) Tarte aux pommes
<u>Lundi 13 Novembre</u> Laitue à l'échalote Raviolis bolognaises <i>(Sp/Sv : Croustillant au fromage/Pates)</i> St Moret (20/188 mg/Calcium) Fruit	<u>Mardi 14 Novembre</u> Concombres sauce bulgare Fricassée de dinde <i>(Sp/Sv : Filet de colin nature)</i> Riz aux petits légumes Yaourt aux fruits mixés (125/118 mg/calcium)	<u>Mercredi 15 Novembre</u> Salade verte Dos de colin Sauce tartare Haricots plats /Pdt Port Salut (30/210mg /Calcium) Fruit	<u>Jeudi 16 Novembre</u> Concombre vinaigrette Tranche de bœuf <i>(Sp/Sv : Dos de cabillaud)</i> Coquillettes au gruyère Yaourt nature au sucre de canne (125/150mg/Calcium)	<u>Vendredi 17 Novembre</u> Panier de tomate aux crevettes Cordon bleu <i>(Sp/Sv : Cœur de Merlu)</i> Purée Crecy Haricots verts Samos (20/150 mg/Calcium) Fruit
<u>Lundi 20 Novembre</u> Riz niçois Escalope de porc <i>(Sp/Sv : Aiguillette de colin)</i> Chou Romanesco / Pdt Vache qui rit (16.66/152 mg/Calcium) Fruit	<u>Mardi 21 Novembre</u> Scarole et mais Roti de veau <i>(Sp/Sv : Hoki au citron)</i> Pdt et salsifis fondants Mini roulé chocolat Fruit	<u>Mercredi 22 Novembre</u> Filet de maquereaux et citron Pané fromager Riz /Ratatouille Niçoise Crème dessert vanille (125/111 mg/Calcium) Fruit	<u>Jeudi 23 Novembre</u> Couscous Poulet-Merguez Semoule et légumes St Bricet (25/188 mg/Calcium) Fruit	<u>Vendredi 24 Novembre</u> Râpé de céleri à l'ananas Cabillaud en sauce Haricots beurre /Pdt au thym Cantafras (16.66/167 mg/Calcium) Fruit
<u>Lundi 27 Novembre</u> Salade de tomate au surimi Hachis Parmentier <i>(Sp/Sv : Pané de hoki /Purée)</i> Yaourt aromatisé (125/137 mg/Calcium)	<u>Mardi 28 Novembre</u> Roulade et salami Rôti de dinde à la crème <i>(Sp/Sv : Cœur de Merlu)</i> Pommes campagnardes Rondelé nature (16.66/150 mg/Calcium) Fruit	<u>Mercredi 29 Novembre</u> Carottes râpées Filet de colin Sauce hollandaise Fondue de Courgettes/Riz Fromage frais aux fruits (2*60/288 mg/Calcium)	<u>Jeudi 30 Novembre</u> Cassoulet Haricots, saucisse, saucisson à l'ail ... <i>(Sp/Sv : Croustillant au fromage)</i> Six de Savoie (20/150 mg/Calcium) Fruit	<u>Vendredi 01er Décembre</u> Betteraves à la crème Omelette aux légumes Macaronis Gouda en tranche (20/152 mg/Calcium) Fruit

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 .

Sp/Sv : Menu sans porc/sans viande. Pain et eau à chaque repas

Menus établis sous réserve de disponibilité des produits.

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

Fruits : Ananas, Avocat, Banane, Citron, Clémentine, Kiwi, Mandarine, Orange, Poire, Pomme ...

Légumes : Carotte ,chou blanc ,Chou de Bruxelles ,Chou-rave ,Citrouille ,Céleri ,Endive ,Epinards ,Oignon , Pomme de terre , ...

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
---	---