

# Menu Santé

## RESTAURANTS SCOLAIRES D'ARNAGE




Self G.Philipe : choix de hors-d'œuvre et dessert

Maison de l'Enfance : 1 entrée et 1 dessert ( ligne supérieure )



### PLAN ALIMENTAIRE de MARS 2018

| Hors-d'œuvre | PLAT PROTIDIQUE<br>+ FECULENTS ou LEGUMES | Laitage | Dessert |
|--------------|---|---------|---------|
|--------------|---|---------|---------|




#### Semaine 1 : du 12 au 16 Mars 2018

|  |   |  |  |                                     |
|--|---|--|--|-------------------------------------|
| <b>Lundi 12/03</b>                             | Betteraves<br>   | Paupiette de veau sauce champignons<br><b>Blé bio</b>  | Plateau de fromages                        | Cône glacé                          |
| <b>Mardi 13/03</b>                             | Salade de riz<br>Semoule aux asperges   | Blanc de poulet aux herbes de Provence<br>Ratatouille  | Petit suisse                               | Fruit au choix                      |
| <b>Mercredi 14/03</b>                          | Betteraves  | Moules marinières<br>Frites (au four)  | Yaourt                                     | Compote pommes<br>ou pommes-fraises |
| <b>Jeudi 15/03</b>                             | Salade bulgare<br>Endives aux pommes  | Filet de poisson dugléré<br>Macaronis au beurre<br> | <b>Fromage au<br/>choix<br/>biologique</b> | Fruit de saison                     |
| <b>Vendredi 16/03</b><br><i>Repas Carnaval</i> | Farandole de légumes<br>(carottes, radis roses, céleris, tomates)<br> | Rôti de porc sauce carnaval (sauce tomate,<br>oignons, lardons)<br>Pommes de terre rissolées   | Laitage                                    | Pain perdu de la sorcière           |

#### Semaine 2 : du 19 au 23 Mars 2018

|                       |  |  |   |                                      |
|-----------------------|--|--|---|--------------------------------------|
| <b>Lundi 19/03</b>    | Cœurs de palmiers à la crème<br><b>Haricots verts bio</b> vinaigrette<br> | Sauté de canard à la moutarde<br>Mélange de céréales                 | Plateau de fromage  | Fruit au choix                       |
| <b>Mardi 20/03</b>    | Carottes râpées<br>Sardines à l'huile  | Bœuf provençal<br>Haricots beurre                                    | Comté   | Semoule dessert<br>Riz au lait       |
| <b>Mercredi 21/03</b> | Tomates mimosa   | Escalope de dinde à la crème<br>Purée de céleri et de pomme de terre | Fromage à la coupe  | Pavé cacao et crème<br>anglaise      |
| <b>Jeudi 22/03</b>    | Salade monégasque<br>Salade baltique   | Poisson pané<br>Printanière de légumes                               | Fromage au choix  | Fruit de saison                      |
| <b>Vendredi 23/03</b> | Piémontaise<br>Salade américaine   | Steak haché à l'échalote<br>Jardinière de légumes                    | Liégeois<br> | <b>Fruit au choix<br/>biologique</b> |

#### Semaine 3 : du 26 au 30 Mars 2018

|   |   |   |  |                                       |
|---|---|---|--|---------------------------------------|
| <b>Lundi 26/03</b>                        | Potage aux fèves  | Rôti de bœuf aux poivres verts<br>Pomme de terre à l'ail<br> | <b>Fromage au<br/>choix<br/>biologique</b> | Entremet chocolat<br>Entremet vanille |
| <b>Mardi 27/03</b>                        | Avocat à la crème<br>Tomates basilic<br>               | Sauté de volaille à la crème de girolle<br><b>Courgettes persillées bio</b>   | Petit suisse aromatisé                     | Fruit au choix                        |
| <b>Mercredi 28/03</b>                     | Salade Antiboise  | Noisette d'agneau<br>Carottes Vichy   | Plateau de fromages                        | Cocktail de fruits au sirop           |
| <b>Jeudi 29/03</b><br><i>Repas du sud</i> | Salade du midi<br>(salade verte, tomates, oignons)<br> | Paella au poulet  | Fromage de brebis                          | Fruit au choix                        |
| <b>Vendredi 30/03</b>                     | Taboulé maison<br>Salade de pâtes   | Filet de poisson à la dieppoise<br>Salsifis béchamel  | Brie                                       | Fruit de saison                       |

Ces menus peuvent être modifiés selon l'approvisic

Viandes bovines d'origine Française

#### GOÛTERS

En gras produits biologiques

Les goûters servis à l'Accueil Périscolaire sont établis avec les trois composantes suivantes :

- pain + beurre + confiture ou pain + beurre + bâtonnet de chocolat ou pain + pâte à tartiner
- fruit de saison ou laitage ou gâteau ou compote de fruits ou salade de fruits etc.
- boisson (eau + sirop) ou chocolat chaud quelquefois l'hiver

