

JUIN 2020

Menu Crèches



Repère PNNNS*



Fruits et légumes au moins 5 fois/jour



Féculeux à chaque repas (selon l'appétit)



Matières grasses, produits sucrés, et sel à limiter



Et pratiquez 30 min. de marche rapide

SEMAINE		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
DU 01 AU 05	REPAS MOYEN GRAND	FERIE	Veau poché Riz Blettes Camembert Fruit	Courgettes râpées Poisson poché Purée de carotte Coquillettes Fromage blanc Banane	Melon Omelette Pomme de terre vapeur Duo Haricots plats carotte Rouy Purée de pomme	Bœuf poché Semoule Purée d'épinards Yaourt Fruit
	REPAS BEBE		Purée de courgettes Yaourt Purée pomme poire	Purée de carotte Fromage blanc Purée pomme pruneaux	Purée de brocolis Yaourt Purée de pomme	Purée d'épinards Petit suisse Purée pomme banane
	GOÛTER		Fromage blanc Pain - Chocolat noir	Lait Céréales	Lait Pain - Beurre	Coupelle de fruit au sirop Petits beurre
DU 08 AU 12	REPAS MOYEN GRAND	Œufs durs Polenta Courgettes Cantal Coupelle de fruit au sirop	Concombre Poisson poché Blé Purée d'épinards Petit suisse Fruit	Quenelle de volaille Printanière de légumes Yaourt Banane	Tomate Poulet rôti Pomme de terre vapeur Aubergines Edam Fruit	Poisson poché Papillons Brocolis Fromage blanc Purée pomme poire
	REPAS BEBE	Purée d'haricots verts Fromage blanc Purée pomme coing	Purée pomme épinards Petit suisse Purée pomme pruneaux	Purée pomme chou-fleur Yaourt Purée pomme banane	Purée pomme carotte Faisselle Purée pomme	Purée pomme petit pois Fromage blanc Purée pomme poire
	GOÛTER	Fromage blanc Fruit	Pain Mimolette	Yaourt nature Sablés étoilés	Lait Brioche	Lait - purée de pomme Pain - Beurre
DU 15 AU 19	REPAS MOYEN GRAND	Carottes Poisson poché Fenouil Polenta Saint Nectaire Purée pomme coing	Rôti de dinde Épinards Purée de pomme de terre Fromage blanc Fruit	Veau poché Riz Petit pois Brie pointe Banane	Omelette Pomme de terre vapeur Purée de courgettes Yaourt Purée pomme pruneaux	Concombre Poisson poché Blettes Semoule Emmental Fruit
	REPAS BEBE	Purée de haricots verts Fromage blanc Purée pomme coing	Purée de carottes Yaourt Purée de pomme	Purée de brocolis Petit suisse Purée pomme banane	Purée de courgettes Yaourt Purée pomme pruneaux	Purée d'épinards Fromage blanc Purée pomme poire
	GOÛTER	Coupelle de fruit Pain - Beurre	Purée de pomme Pain - Tomme noire	Fruit Petit beurre	Lait Fruit	Yaourt nature Pain - Chocolat noir



Produits laitiers 3 à 4 fois/jour



Viande, poisson et œuf 1 à 2 fois/jour



Eau à volonté



Pain tous les jours

Sous réserve de modifications dues à des impératifs techniques. Goûter des petits, le même toute la semaine : yaourt nature, compote. Le lait servi est ½ écrémé. Le bœuf servi est d'origine européenne.

Conformément au règlement CE n°1169/2011, nos menus sont susceptibles de contenir les 14 allergènes suivants :

céréales contenant du gluten, crustacés, œuf, poisson, arachide, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10mg/L, lupin et mollusques.