

# Menu Crèches



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



Produits laitiers 3 à 4 fois/jour



Viande, poisson et œuf 1 à 2 fois/jour



Eau à volonté



SEMAINE		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
DU 31 MAI AU 04 JUIN	REPAS MOYEN GRAND	Poisson poché Coquillettes Brocolis Comté Fruit	Dinde pochée Orge perlé Haricots verts Saint Nectaire Salade de fruit	Courgettes râpées Omelette nature Semoule Petit pois Faisselle Purée de pomme poire	Veau poché Pomme de terre vapeur Carottes Coulommiers Fruit	Tomate Saumon poché Polenta Chou-fleur Yaourt nature Fruit
	REPAS BEBE	Purée de courgettes Yaourt nature Purée de pomme pruneaux	Purée de carotte Fromage blanc Purée de pomme banane	Purée épinards Faisselle Purée de pomme poire	Purée de potiron Yaourt nature Purée de pomme coing	Purée de haricots verts Petit suisse Purée de pomme
	GOÛTER	Petit suisse Purée de pomme pruneaux	Pain - Beurre Purée de pomme	Fromage blanc Pain - Confiture	Fruit Pain - Chocolat	Lait Céréales
DU 07 MAI AU 11 JUIN	REPAS MOYEN GRAND	Pintade Boullgour Courgettes Carré de l'Est Purée de pomme poire	Concombre Émincé de bœuf Pomme de terre vapeur Purée de chou-fleur Fromage blanc Fruit	Rôti de dinde Riz Purée de potiron Gouda Purée de pomme pêche	Saumon poché Purée de pomme de terre Poêlée de légumes verts Yaourt Fruit	Melon Poisson poché Polenta Haricots verts Tomme grise Purée de pomme pruneaux
	REPAS BEBE	Purée de pomme brocolis Yaourt nature Purée de pomme poire	Purée pomme épinards Fromage blanc Purée de pomme	Purée pomme potiron Petit suisse Purée de pomme coing	Purée pomme carotte Yaourt Purée de pomme banane	Purée pomme courgettes Fromage blanc Purée de pomme pruneaux
	GOÛTER	Fruit Pain - Confiture	Petit suisse Petit beurre	Pain Fromage à tartiner nature	Lait Pain - Chocolat noir	Lait - Céréales Coupelle de fruit

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.

JUIN 2021

# Menu Crèches



Repère PNNS\*



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



Produits laitiers 3 à 4 fois/jour



Viande, poisson et œuf 1 à 2 fois/jour



Eau à volonté



SEMAINE		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
DU 14 AU 18 JUIN	<b>REPAS MOYEN GRAND</b>	Veau poché Riz Ratatouille  Brie Fruit	Tomate Poisson poché Patate douce Aubergines  Yaourt nature Poire cuite	Omelette nature Polenta Purée d'artichaut Emmental Fruit	Carottes Poisson poché Penne Petit pois Fromage blanc Purée de pomme	Poulet Pomme de terre vapeur Haricots verts Camembert Fruit
	<b>REPAS BÉBÉ</b>	Purée d'épinards Fromage blanc Purée de pomme coing	Purée de potiron Yaourt Purée de pomme banane	Purée de brocolis Petit suisse Purée de pomme pruneaux	Purée de courgettes Fromage blanc Purée de pomme	Purée de haricots verts Yaourt Purée de pomme poire
	GOÛTER	<b>Pain - Beurre</b> <b>Coupe de fruit</b>	<b>Fromage blanc</b> <b>Purée de pomme</b>	<b>Pain - Beurre</b> <b>Fruit</b>	<b>Lait</b> <b>Brioche</b>	<b>Pain d'épices</b> <b>Yaourt nature</b>
DU 21 AU 25 JUIN	<b>REPAS MOYEN GRAND</b>	Bœuf poché Tortis 3 couleurs Chou-fleur Fromage blanc Fruit	Poisson poché Semoule Poêlée de légumes Cantal Purée de pomme	Poisson poché Purée de pomme de terre Trio de légumes Yaourt Purée de pomme pruneaux	Boulettes de bœuf Riz Haricots verts Brie Fruit	Betteraves Veau poché Boullgour Blettes Savaron Purée de pomme coing
	<b>REPAS BÉBÉ</b>	Purée d'épinards Fromage blanc Purée de pomme poire	Purée de carottes Petit suisse Purée de pomme	Purée de petit pois Yaourt Purée de pomme pruneaux	Purée de haricots verts Faisselle Purée de pomme banane	Purée de potiron Petit suisse Purée de pomme coing
	GOÛTER	<b>Fromage blanc</b> <b>Madeleine</b>	<b>Fruit</b> <b>Pain - Beurre</b>	<b>Fruit</b> <b>Pain - Emmental</b>	<b>Lait</b> <b>Céréales</b>	<b>Pain - Beurre</b> <b>Purée de pomme</b>
DU 28 AU 02 JUIN JUillet	<b>REPAS MOYEN GRAND</b>	Betteraves Quenelle nature Tagliatelles Épinards Yaourt Purée de poire	Salade verte Poisson poché Purée de pomme de terre Courgettes Edam Fruit	Rôti De dinde Pomme de terre vapeur Haricots verts Faisselle Fruit	Poulet Semoule Brocolis Petit suisse Fruit	Saumon poché Coquillettes Chou-fleur Saint Nectaire Purée de pomme
	<b>REPAS BÉBÉ</b>	Purée de courgettes Yaourt Purée de poire	Purée de carottes Fromage blanc Purée de pomme coing	Purée d'haricots verts Faisselle Purée de pomme banane	Purée de potiron Fromage blanc Purée de pomme pruneaux	Purée d'épinards Petit suisse Purée de pomme
	GOÛTER	<b>Fruit</b> <b>Pain - Port Salut</b>	<b>Purée de pêche</b> <b>Pain - Beurre</b>	<b>Fromage blanc</b> <b>Pain - Miel</b>	<b>Petit beurre</b> <b>Purée de pomme poire</b>	<b>Lait - Céréales</b> <b>Fruit</b>

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.