



MENU SEMAINE 20

Du lundi 14 au vendredi 18 mai 18

Journée internationale du vivre ensemble Cette journée a été décrétée par l'ONU le 8 décembre 2017 et désormais, chaque 16 mai sera la journée du vivre ensemble. Un plaidoyer pour la paix Le texte de cette déclaration a été présenté par l'Algérie et adopté sans vote. Le 16 mai sera désormais la **Journée internationale du vivre-ensemble en paix** et tentera de mobiliser les efforts de la communauté internationale en faveur de la paix, de la tolérance, de l'inclusion, de la compréhension et de la solidarité.



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Carottes râpées à la menthe</p> <p>Sauté de veau citron</p> <p>S.V : Poisson blanc au citron</p> <p>Pommes vapeurs</p> <p>Camembert</p> <p>Ananas</p>	<p>Œuf mimosa</p> <p>Risotto aux courgettes</p> <p>Yaourt nature</p> <p>Fraise</p>	<p>Salade verte</p> <p>Brochettes de volaille marinées</p> <p>S.V : Brochette de poisson</p> <p>Nouilles et légumes thaïs</p> <p>Munster</p> <p>Gâteau chocolat</p>	<p>Salade de tomate arlequins</p> <p>Saumon au four</p> <p>Mélange de céréales</p> <p>Fromage blanc</p> <p>Compote</p>	<p>Salade de lentilles</p> <p>Cordon bleu</p> <p>SV : Steak végétal</p> <p>Carottes persillées</p> <p>Babybel</p> <p>Melon</p>
Soir	<p>Bruschetta chèvre roquette</p> <p>Méli-mélo de crudités</p> <p>Crème dessert vanille</p>	<p>Salade de concombre sauce yaourt</p> <p>Côtes de porc grillées aux herbes</p> <p>S.V : Poisson grillé</p> <p>Semoule et petits légumes</p> <p>Comté</p> <p>Oreillons d'abricots</p>	<p>Asperges</p> <p>Blanquette de la mer</p> <p>Polenta</p> <p>Yaourt brassé fraise</p> <p>Pomme</p>	<p>Salade de pomme de terre</p> <p>Rôti de bœuf sauce forestière</p> <p>S.V : Omelette champignons</p> <p>Chou-fleur béchamel</p> <p>Livarot</p> <p>Fruits</p>	<p>Légende :</p> <ul style="list-style-type: none"> Fruit ou légume cru Fruits ou légumes Viande, poisson, Féculent Produit laitier Pâtisserie et produit

MENU DIABETIQUE

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Carottes râpées à la menthe</p> <p>Sauté de veau citron</p> <p>S.V : Poisson blanc au citron</p> <p>300g Pommes vapeurs (45g)</p> <p>Camembert</p> <p>4 tranches de pain (40g)</p> <p>Ananas (13g)</p> <p>Total glucides = 98g</p>	<p>Œuf mimosa</p> <p>350g Risotto aux courgettes (53g)</p> <p>Yaourt nature</p> <p>1 barquette de confiture (18g)</p> <p>2 tranches de pain (20g)</p> <p>150g Fraise (10g)</p> <p>Total glucides = 101g</p>	<p>Salade verte</p> <p>Brochettes de volaille marinées</p> <p>S.V : Brochette de poisson</p> <p>350g Nouilles et légumes thaïs (53g)</p> <p>Munster</p> <p>1 tranche de pain (10g)</p> <p>80g Gâteau chocolat (34g)</p> <p>Total glucides = 97g</p>	<p>Salade de tomate arlequins</p> <p>Saumon au four</p> <p>250g Mélange de céréales (63g)</p> <p>Fromage blanc</p> <p>1 sachet de sucre (8g)</p> <p>1 tranche de pain (10g)</p> <p>Compote (15g)</p> <p>Total glucides = 96g</p>	<p>200g Salade de lentilles (26g)</p> <p>125g Cordon bleu (20g)</p> <p>Steak végétal</p> <p>Carottes persillées</p> <p>Babybel</p> <p>4 tranches de pain (40g)</p> <p>150g Melon (12g)</p> <p>Total glucides = 98g</p>
Soir	<p>100g de pain Bruschetta (52g) chèvre roquette</p> <p>Méli-mélo de crudités</p> <p>3 tranches de pain (30g)</p> <p>Crème dessert vanille (20g)</p> <p>Total glucides = 102g</p>	<p>Salade de concombre sauce yaourt</p> <p>Côtes de porc grillées aux herbes</p> <p>S.V : Poisson grillé</p> <p>200g Semoule (50g)</p> <p>Petits légumes Comté</p> <p>3 tranches de pain (30g)</p> <p>100g Oreillons d'abricots (13g)</p> <p>Total glucides = 103g</p>	<p>Asperges</p> <p>Blanquette de la mer</p> <p>300g Polenta (40.5g)</p> <p>Petit suisse nature</p> <p>1 sachet de sucre (8g)</p> <p>4 tranches de pain (40g)</p> <p>Pomme (13g)</p> <p>Total glucides = 101,5g</p>	<p>300g Salade de pomme de terre (45g)</p> <p>Rôti de bœuf sauce forestière</p> <p>S.V : Omelette champignons</p> <p>Chou-fleur béchamel</p> <p>Livarot</p> <p>4 tranches de pain (40g)</p> <p>Fruits (13g)</p> <p>Total glucides = 98g</p>	<p>Légende :</p> <ul style="list-style-type: none"> Fruit ou légume cru Fruits ou légumes Viande, poisson, Féculent Produit laitier Pâtisserie et produit

MENU HYPOCALORIQUE

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Carottes râpées à la menthe Sauté de veau citron 200g Pommes vapeurs Camembert Ananas</p> <p>1 tranche de pain</p>	<p>Œuf dur 1 stick de moutarde 200g Riz Courgettes Yaourt nature 1 càc de sucre Fraise</p> <p>1 tranche de pain</p>	<p>Salade verte Brochettes de volaille marinées S.V : Brochette de poisson 300g Nouilles et légumes thaïs Munster Fruits</p> <p>1 tranche de pain</p>	<p>Salade de tomate arlequins Saumon au four 200g Mélange de céréales Fromage blanc 1 càc de sucre Compote sans sucres ajoutées</p> <p>1 tranche de pain</p>	<p>150g Salade de lentilles Escalope de dinde Carottes persillées Babybel Melon</p> <p>2 tranches de pain</p>
Soir	<p>200g Taboulé Méli-mélo de crudités Yaourt nature 1 càc de sucre</p> <p>1 tranche de pain</p>	<p>Salade de concombre sauce yaourt Côtes de porc grillées aux herbes S.V : Poisson grillé 200g Semoule Petits légumes Comté Compote sans sucres ajoutées</p> <p>1 tranche de pain</p>	<p>Asperges Poisson 200g Polenta Petit suisse nature 1 càc de sucre Pomme</p> <p>1 tranche de pain</p>	<p>150g Salade de pomme de terre Rôti de bœuf sauce forestière S.V : Omelette champignons Chou-fleur béchamel Livarot Fruits</p> <p>2 tranches de pain</p>	<p>Légende :</p> <ul style="list-style-type: none"> Fruit ou légume cru Fruits ou légumes Viande, poisson, Féculent Produit laitier Pâtisserie et produit

Menu Allergènes

La cuisine centrale fabrique dans un atelier qui peut utiliser l'ensemble des allergènes,

Nous prêtons une attention importante pour qu'il n'y est pas de contamination croisée des ingrédients.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Carottes râpées à la menthe (M) Sauté de veau citron (G/L/M/O) S.V : Poisson blanc au citron (P/Mo/Cr/M/O/L/Ce) Pommes vapeurs (L) Camembert (L) Ananas	Œuf mimosa (O/M) Risotto aux courgettes (G/L) Yaourt nature (L) Fraise	Salade verte (M) Brochettes de volaille marinées S.V : Brochette de poisson Nouilles et légumes thaïs (G/So/L/P/Ce) Munster (L) Gâteau chocolat (G/L/O)	Salade de tomate arlequins (M) Saumon au four (P) Mélange de céréales (G) Fromage blanc (L) Compote	Salade de lentilles (M) Cordon bleu (G/L) SV : Steak vegetal (G/P/L/O) Carottes persillées (L) Babybel (L) Melon
Bruschetta chèvre roquette (G/O/So/L) Méli-mélo de crudités (M) Crème dessert vanille (L)	Salade de concombre sauce yaourt (L) Côtes de porc grillées aux herbes S.V : Poisson grillé (P) Semoule et petits légumes (G) Comté (L) Oreillons d'abricots	Asperges (M) Blanquette de la mer (P/Ce/G/Mo/Cr/L/M) Polenta Yaourt brassé fraise (L) Pomme	Salade de pomme de terre (M) Rôti de bœuf sauce forestière (G/O/M/L) S.V : Omelette champignons (O) Chou-fleur béchamel (G/L) Livarot (L) Fruits	<p style="text-align: center;">Légende : (Traces et/ou présence)</p> (G) Gluten (Cr) Crustacés (O) Œufs (P) Poissons (A) Arachides (So) Soja (L) Lait (F) Fruits à coques (Ce) Céleri (M) Moutarde (Se) Sésame (Su) Sulfites (+10mg/kg) (Lu) Lupin (Mo) Mollusques