



SEMAINE 28

Du 11 au 15 juillet

La fête du 14 juillet a été instituée par la loi *Raspail* du 6 juillet 1880, pour commémorer la prise de la Bastille du 14 juillet 1789, symbole de la fin de la monarchie absolue, ainsi que la Fête de la Fédération de 1790, symbole de l'union de la Nation. La loi ne mentionne pas quel est l'événement commémoré : « La République adopte le 14 Juillet comme jour de fête nationale annuelle »



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	Artichaut Vinaigrette Pâtes Bolognaise Pâtes Bolognaise végé Fromage râpé Liégeois	Pizza 4 fromages Aioli de poisson Jardinière de légumes Petit suisse Panier de fruits	Carottes râpées Moussaka végé Yaourt Cookie Géant	Férié	Fermé
Soir	Galette fromagère Ratatouille Kiri Panier de fruits	Salade verte Couscous merguez Couscous de la mer Gouda Compote	Fermé	Férié	Légende : Fruit ou légume cru Fruits ou légumes Viande, poisson, œuf Féculent Produit laitier Pâtisserie et produit

L'origine des produits



MENU DIABÉTIQUE INSULINO-DEPENDANT (DID) 90g

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Artichaut Vinaigrette 200g Pâtes : 50g Bolognaise : 5g SV : Bolognaise végété (falafel) : 18.5g Fromage râpé Liégeois : 21g</p> <p>Av : + 1 tranche de pain (10g) Total glucides : 86g SV : pas de pain Total glucides : 89.5g</p>	<p>90g Pizza 4 fromages 27g Aïoli de poisson Jardinière de légumes 150g Semoule : 37.5 Petit suisse + sachet de sucre : 8g Panier de fruits : 13g</p> <p>Total glucides : 85.5g</p>	<p>Carottes râpées Moussaka végété 150g Riz : 45g Yaourt avec sachet de sucre : 8g Cookie Géant : 27g Pain : 1 tranche (10g) Total glucides : 90g</p>	Férié	Fermé
Soir	<p>200g Galette fromagère : ? Ratatouille Kiri Banane : 20g Pain : 3 tranches (30g) Total glucides : ?</p>	<p>Salade verte 200g semoules : 50g 150g sauce et merguez SV : 200g semoules : 50g 150g sauce et poisson Gouda Compote : 15g 2 tranches de pain : 20g Total glucides : 85g</p>	Fermé	Férié	<p>Légende :</p> <ul style="list-style-type: none"> Fruit ou légume cru Fruits ou légumes Viande, poisson, œuf Féculent Produit laitier Pâtisserie et produit

MENU DIABÉTIQUE INSULINO-DEPENDANT (DID) 100g

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Artichaut Vinaigrette 200g Pâtes : 50g Bolognaise : 5g SV : Bolognaise végété (falafel) : 18.5g Fromage râpé Liégeois : 21g</p> <p>Av : + 2 tranches de pain (20g) Total glucides : 96g SV : 1 tranche (10g) Total glucides : 99.5g</p>	<p>90g Pizza 4 fromages 27g Aïoli de poisson Jardinière de légumes 150g Semoule : 37.5 Petit suisse + sachet de sucre : 8g Panier de fruits : 13g Pain 1 tranche (10g)</p> <p>Total glucides : 95.5g</p>	<p>Carottes râpées Moussaka végété 150g Riz : 45g Yaourt avec sachet de sucre : 8g Cookie Géant : 27g Pain : 2 tranches (20g) Total glucides : 100g</p>	Férié	Fermé
Soir					<p>Légende :</p> <ul style="list-style-type: none"> Fruit ou légume cru Fruits ou légumes Viande, poisson, œuf Féculent Produit laitier Pâtisserie et produit

MENU HYPOCALORIQUE

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>100g de crudité 200g de Pâtes Bolognaise / 200g Pâtes Bolognaise végé Fromage râpé Liégeois 2 tranches de pain</p>	<p>100g de crudité Pizza 4 fromages Aioli de poisson 250g Jardinière de légumes Petit suisse Panier de fruits 2 tranches de pain</p>	<p>120g Carottes râpées 250g Moussaka végé 150g de riz Yaourt Cookie Géant</p>	Féié	Fermé
Soir	<p>100g de crudité 150g de pâtes 300g de ratatouille Kiri Panier de fruits 1 tranche de pain</p>	<p>60g Salade verte 200g de Couscous merguez / de la mer Gouda Compote 2 tranches de pain</p>	Fermé	Féié	<p>Légende :</p> <ul style="list-style-type: none"> Fruit ou légume cru Fruits ou légumes Viande, poisson, œuf Féculent Produit laitier Pâtisserie et produit

MENU PAUVRE EN FIBRES STRICTE

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>V : Steak haché SV : Poisson Pâtes Fromage pâte pressée cuite Compote</p>		<p>V : Steak haché SV : Poisson Riz Fromage pâte pressée cuite Compote</p>		
Soir					<p>Légende :</p> <ul style="list-style-type: none"> Fruit ou légume cru Fruits ou légumes Viande, poisson, œuf Féculent Produit laitier Pâtisserie et produit

MENU DIABÉTIQUE NON INSULINO-DÉPENDANT (DNID)

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>100g Artichaut Vinaigrette 100g de Pâtes + Bolognaise / Bolognaise végé Fromage râpé Liégeois</p>	<p>Pizza 4 fromages Aioli de poisson 150g Jardinière de légumes Petit suisse sans sucre Panier de fruits</p>	<p>Carottes râpées Moussaka végé 100g de riz Yaourt sans sucre Cookie Géant</p>	<p>Férié</p>	<p>Fermé</p>
Soir					<p>Légende :</p> <ul style="list-style-type: none"> Fruit ou légume cru Fruits ou légumes Viande, poisson, œuf Féculent Produit laitier Pâtisserie et produit

MENU ALLERGÈNES

	lundi 11 juillet 2022	mardi 12 juillet 2022	mercredi 13 juillet 2022	jeudi 14 juillet 2022	vendredi 15 juillet 2022
midi					
entrée	artichaut vinaigrette : m	pizza 4 fromage ; g,l	carottes râpées : m		
plats	pâtes bolognaise : G,l,o	aioli de poisson ; P,g,l,o,ce,su,mo,cr,ce	moussaka végété : g,l		
plats sv	pâtes bolognaise végétale : G,l,o,so,ce,m				
accompagnement		jardinière de légumes ; l,g			
laitage	fromage râpé : L	petit suisse ; l	yaourt : l		
dessert	liegeois ; l	panier de fruits ;	cookie géant : G,l,o,f		
soir					
entrée		salade verte : m			
plats	galette fromagère : g,l,o	couscous merguez : g			
plats sv		couscous de la mer : g,P			
accompagnement	ratatouille :				
laitage	kiri : l	gouda : l			
dessert	panier de fruits :	compote :			

Légende :
 (traces et/ou
 Présence)
 (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

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.

Menu du Lundi

Midi

Artichaut Vinaigrette

Pâtes Bolognaise

Pâtes Bolognaise végé

Fromage râpé

Liégeois

Soir

Galette fromagère

Ratatouille

Kiri

Panier de fruits

L'origine des produits



Menu du Mardi

Midi

Pizza 4 fromages

Aioli de poisson

Jardinière de légumes

Petit suisse

Panier de fruits

Soir

Salade verte

Couscous merguez

Couscous de la mer

Gouda

Compote

L'origine des produits



Menu du Mercredi

Midi

Carottes râpées

Moussaka végé

Yaourt

Cookie Géant

L'origine des produits



Menu du Jeudi

Midi

L'origine des produits



Menu du Vendredi

Midi

L'origine des produits

