

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Salade asiatique</p> <p>😊 V : Sauté de canard à l'orange</p> <p>SV : Sauté de poisson à l'orange</p> <p>Nouille chinoise</p> <p>Yaourt coco</p> <p>Panier de fruits</p> 	<p>Carottes râpées</p> <p>Falafel</p> <p>Ratatouille</p> <p>Faisselle framboise</p>	<p>Salade de lentilles à la lyonnaise</p> <p>😊 V : Potée Beaujolaise</p> <p>😊 SV : Potée de la mer</p> <p>Pommes terre, carottes, navet</p> <p>Saint Marcelin</p> <p>" A tomber dans les pommes" cuizin'tour 22 revisité</p> 	<p>😊 Betteraves Chioggia</p> <p>😊 Pâtes aux fruits de mer</p> <p>Fromage râpé</p> <p>Panier de fruits</p>	<p>Salade savoyard (beaufort) + Coleslaw</p> <p>😊 V : Hamburger savoyard</p> <p>SV : Hamburger savoyard végété</p> <p>Yaourt de Savoie</p> 
Soir	<p>Salade de choux-fleurs</p> <p>Poisson à la provençale</p> <p>Blé</p> <p>Petits suisses fruits</p>	<p>😊 V : Mijoté de veau à la cacahuète</p> <p>😊 SV : Mijoté de poisson à la cacahuète</p> <p>Purée de patate douce au miel</p> <p>Comté</p> <p>Panier de fruits</p> 	<p>Salade verte emmental</p> <p>😊 V : Cuisse de poulet</p> <p>SV : poisson du chef</p> <p>Brocolis</p> <p>Flan pâtissier</p>	<p>Salade endives</p> <p>😊 Bobotie de poisson</p> <p>Riz</p> <p>Crème brûlée</p> 	<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

L'origine des produits



MENU DIABÉTIQUE INSULINO-DEPENDANT (DID) 90g

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Salade asiatique  V : Sauté de canard à l'orange SV : Sauté de poisson à l'orange 200g Nouille chinoise (50g) Yaourt coco (10g) 1 banane (20g) 1 tranche de pain (10g)</p> <p>Total glucides = 90g</p>	<p>Carottes râpées 300g Falafel (53.1g) Ratatouille Faisselle framboise <u>Compote (15g)</u> 2 tranches de pain (20g)</p> <p>Total glucides = 88.1g</p>	<p>200g Salade de lentilles à la lyonnaise (30g) V : Potée Beaujolaise SV : Potée de la mer 100g Pommes terre (15g) Carottes, navet Saint Marcelin 2 tranches de pain (20g) 80g " A tomber dans les pommes" cuizin'tour 22 revisité (26.4g)</p> <p>Total glucides = 91.4g</p>	<p>Betteraves Chioggia  200g Pâtes (50g) + 100g aux fruits de mer Fromage râpé 1 Banane (20g) 2 tranches de pain (20g)</p> <p>Total glucides = 90g</p>	<p>Salade savoyard (beaufort) + Coleslaw V : Hamburger savoyard (32g) + 3 criques de 100g de pdt (45) SV : Hamburger savoyard végé (45g) + 2 criques de 100g de pdt (30g) Yaourt de Savoie +1 sachet de sucre (8g)</p> <p>V : Total glucides = 85g SV : Total glucides = 83g</p>
Soir	<p>Salade de choux-fleurs  Poisson à la provençale 250g Blé (62.5g) Petits suisses fruits (13g) 1 tranche de pain (10g)</p> <p>Total glucides = 85.5g</p>	<p>V : Mijoté de veau à la cacahuète SV : Mijoté de poisson à la cacahuète 300g Purée de patate douce au miel (45g) Comté Banane (20g) 2 tranches de pain (20g)</p> <p>Total glucides = 85g</p>	<p>Salade verte emmental V : Cuisse de poulet SV : poisson du chef Brocolis <u>+ 200g de pâtes (50g)</u> 80g Flan pâtissier (20g) 2 tranches de pain (20g)</p> <p>Total glucides = 90g</p>	<p>Salade d'endive  150g Bobotie de poisson (20g) 150g Riz (45g) Crème brûlée (18g) 1 tranche de pain (10g)</p> <p>Total glucides = 93g</p>	<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

*1 tranche de pain = 20g de pain

MENU DIABÉTIQUE INSULINO-DEPENDANT (DID) 100g

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Salade asiatique   V : Sauté de canard à l'orange SV : Sauté de poisson à l'orange 200g Nouille chinoise (50g) Yaourt coco (10g) 1 banane (20g) 2 tranches de pain (20g)</p> <p>Total glucides = 100g</p>	<p>Carottes râpées 300g Falafel (53.1g) Ratatouille Faisselle framboise <u>Compote (15g)</u> 3 tranches de pain (30g)</p> <p>Total glucides = 98.1g</p>	<p>200g Salade de lentilles à la lyonnaise (30g) V : Potée Beaujolaise SV : Potée de la mer 100g Pommes terre (15g) Carottes, navet Saint Marcelin 3 tranches de pain (30g) 80g " A tomber dans les pommes" cuizin'tour 22 revisité (26.4g)</p> <p>Total glucides = 101.4g</p>	<p>Betteraves Chioggia  200g Pâtes (50g) + 100g aux fruits de mer Fromage râpé 1 Banane (20g) 3 tranches de pain (30g)</p> <p>Total glucides = 100g</p>	<p>Salade savoyard (beaufort) + Coleslaw V : Hamburger savoyard (32g) + 4 criques de 100g de pdt (60g) SV : Hamburger savoyard végé (45g) + 3 criques de 100g de pdt (45g) Yaourt de Savoie +1 sachet de sucre (8g)</p> <p>V : Total glucides = 100g SV : Total glucides = 98g</p>
Soir					<p style="text-align: center;">Légende :</p> <ul style="list-style-type: none"> Fruit ou légume cru Fruits ou légumes Viande, poisson, œuf Féculent Produit laitier Pâtisserie et produit

*1 tranche de pain = 20g de pain

MENU DIABÉTIQUE INSULINO-DEPENDANT (DID) 145g

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Salade asiatique   V : 150g Sauté de canard à l'orange SV : 150g Sauté de poisson à l'orange 300g Nouille chinoise (75g) Yaourt coco (10g) 1 Fruit <u>SAUF</u> banane (13g) <u>1 compote (15g)</u> 3 tranches de pain (30g)</p> <p>Total glucides = 143g</p>	<p>Carottes râpées 300g Falafel (53.1g) Ratatouille <u>+ 300g de purée de patate douce (45g)</u> Faisselle framboise <u>Compote (15g)</u> 3 tranches de pain (30g)</p> <p>Total glucides = 143.1g</p>	<p>200g Salade de lentilles à la lyonnaise (30g) V : Potée Beaujolaise SV : Potée de la mer 300g Pommes terre (45g) Carottes, navet Saint Marcelin <u>1 Compote (15g)</u> 3 tranches de pain (30g) 80g " A tomber dans les pommes" cuisin'tour 22 revisité (26.4g)</p> <p>Total glucides = 146.4g</p>	<p>Betteraves Chioggia  300g Pâtes (75g) + 150g aux fruits de mer Fromage râpé Banane (20g) <u>1 compote (15g)</u> 3 tranches de pain (30g)</p> <p>Total glucides = 140g</p>	<p>Salade savoyard (beaufort) + Coleslaw V : <u>2</u> Hamburgers savoyard (64g) + 5 criques de 100g de pdt (75g) SV : <u>2</u> Hamburgers savoyard végé (90g) + 3 criques de 100g de pdt (45g) Yaourt de Savoie +1 sachet de sucre (8g)</p> <p>V : Total glucides = 147g SV : Total glucides = 143g</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

*1 tranche de pain = 20g de pain

MENU HYPOCALORIQUE

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>150g Salade asiatique   V : 100g Sauté de canard à l'orange SV : 100g Sauté de poisson à l'orange 150g Nouille chinoise 1 Yaourt coco 1 fruit 1 tranche de pain</p>	<p>100g Carottes râpées 100g Falafel 300g Ratatouille Faisselle framboise 2 tranches de pain</p>	<p>150g Salade de lentilles à la lyonnaise V : 100g Potée Beaujolaise SV : 100g Potée de la mer 30g Saint Marcelin 1 tranche de pain 80g " A tomber dans les pommes" cuizin'tour 22 revisité</p>	<p>150g Betteraves Chioggia  200g Pâtes aux fruits de mer 30g Fromage râpé 1 fruit 2 tranches de pain</p>	<p>60g Salade savoyard (30g beaufort) + 300g Coleslaw V : 1 Hamburger savoyard + 1 crique de pdt SV : 1 Hamburger savoyard végété +1 crique de pdt 1 Yaourt de Savoie nature</p>
Soir	<p>150g Salade de choux-fleurs   100g Poisson à la provençale 150g Blé 2 Petits suisses fruits 1 tranche de pain</p>	<p><u>100g Carotte râpées</u> V : 100g Mijoté de veau à la cacahuète SV : 100g Mijoté de poisson à la cacahuète 150g Purée de patate douce au miel 30g Comté 1 fruit 1 tranche de pain</p>	<p>60g Salade verte emmental V : 100g Cuisse de poulet SV : 100g poisson du chef 300g Brocolis 80g Flan pâtissier 1 tranche de pain</p>	<p>60g Salade d'endive  100g Bobotie de poisson 150g Riz 1 Crème brûlée 1 tranche de pain</p>	<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

*1 tranche de pain = 20g de pain

MENU PAUVRE EN FIBRES STRICTE

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>V : Sauté de canard SV : Sauté de poisson Nouilles chinoises Pâte pressée cuite Compote</p>		<p>V : Cuisse de poulet SV : Poisson du chef Riz Pâte pressée cuite 80g " A tomber dans les pommes" cuizin'tour 22 revisité</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>150g Salade asiatique   V : Sauté de canard à l'orange SV : Sauté de poisson à l'orange 100g Nouille chinoise Yaourt coco 1 fruit 1 tranche de pain</p>	<p>50g Carottes râpées Falafel 100g Ratatouille <u>+ 100g de purée de patate douce</u> Faisselle framboise 1 tranche de pain</p>	<p>100g Salade de lentilles à la lyonnaise V : Potée Beaujolaise SV : Potée de la mer Saint Marcelin 1 tranche de pain " A tomber dans les pommes" cuizin'tour 22 revisité</p>	<p>150g Betteraves Chioggia  100g Pâtes + 50g aux fruits de mer Fromage râpé 1 fruit 1 tranche de pain</p>	<p>100g Salade savoyard (beaufort) + 50g Coleslaw V : Hamburger savoyard +1 crique de pdt SV : Hamburger savoyard végé +1 crique de pdt Yaourt de Savoie</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

*1 tranche de pain = 20g de pain

MENU SANS GRAISSE « troubles hépatiques » (caluire)

Midi	<p>Salade asiatique sans sauce   V : Escalope de volaille au four sans sauce Nouilles chinoises Yaourt coco 1 fruit</p>	<p>Carottes râpées sans sauce Poisson blanc sans sauce Ratatouille Faisselle framboise</p>	<p>Salade de lentilles à la lyonnaise sans sauce V : Potée de la mer sans sauce 1 yaourt nature 1 tranche de pain " A tomber dans les pommes" cuizin'tour 22 revisité (sans chantilly)</p>	<p>Betteraves Chioggia sans sauce  Pâtes au poisson sans sauce Fromage râpé 1 fruit</p>	<p>Salade verte sans sauce (sans beaufort) + Coleslaw sans sauce V : Hamburger savoyard (pas de fromage) (ketchup OK) Pommes vapeur (pas de crique) Yaourt de Savoie</p>
Soir					<p style="text-align: center;">Légende :</p> <ul style="list-style-type: none"> Fruit ou légume cru Fruits ou légumes Viande, poisson, œuf Féculent Produit laitier Pâtisserie et produit

*1 tranche de pain = 20g de pain

MENU ALLERGÈNES

	lundi 10 octobre 2022	mardi 11 octobre 2022	mercredi 12 octobre 2022	jeudi 13 octobre 2022	vendredi 14 octobre 2022	
midi						
entrée	salade asiatique : So	carottes râpées ; m	salade de lentilles à la lyonnaise : m,o	betterave chioga : m	Salade composé savoyard : l,m,g	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
plats	sauté canard à l'orange : g,l,o,m,ce,su	falafel ; g,l,o,ce	Potée Beaujolaise : g,l,o	pâtes aux fruits de mer : G,p,mo,cr,l,o	hamburger savoyard : g,l,o	
plats sv	sauté poisson à l'orange : P,g,l,o,m,ce,su	0 ;	Potée de la mer : P,g,l,o	0 :	hamburger savoyard végété : So,g,l,o	
accompagnement	nouille chinoise : g,o	ratatouille ;	0 :	0 :	coleslow : m,o	
laitage	yaourt coco : l	0 ;	st marcelin : l	fromage râpé : L	0 :	
dessert	panier de fruits ;	faiselle framboise ; l	" A tomber dans les pommes" cuizin tour 22 revisité : l	panier de fruits :	yaourt savoie : l	
soir						
entrée	salade de choux fleur : m	0 :	salade verte : m	salade d'endives emmental : l,m		(Su) Sulfités (+10mg/kg) (Lu) Lupin (Mo) Mollusques
plats	poisson à la provençale :	mijoté veau à la cacahuète : A,g,l,o,m,ce	cuisse de poulet :	bobotie de poisson : g,l,o,f,P		
plats sv	0 :	mijoté poisson à la cacahuète : P,A,g,l,o,m,ce	poisson du chef : P,g,l,o,ce,su,m,mo,cr	0 :		
accompagnement	blé : g	purée patate douce au miel : l	Brocolis : l	riz : l		
laitage	petit suisse fruits : l	conté : L	0 :	0 :		
dessert	0 :	panier de fruits :	flan patissier : g,l,o	crème brûlée : l,o,f		

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

Salade asiatique

😊 V : Sauté de canard à l'orange

😊 SV : Sauté de poisson à l'orange

Nouille chinoise

Yaourt coco

Panier de fruits

Soir

Salade de choux-fleurs

Poisson à la provençale

Blé

Petits suisses fruits



L'origine des produits



Menu du Mardi

Midi

Carottes râpées

Falafel

Ratatouille

Faiselle framboise

Soir

V : Mijoté de veau à la
cacahuète

SV : Mijoté de poisson à la
cacahuète

Purée de patate douce au miel

Comté

Panier de fruits



L'origine des produits



Menu du Mercredi

Midi

Salade de lentilles à la
lyonnaise

😊 V : Potée Beaujolaise

😬 SV : Potée de la mer

Pommes terre, carottes,
navet

Saint Marcelin

" A tomber dans les
pommes" cuizin'tour 22
revisité

Soir

Salade verte
emmental

😊 V : Cuisse de poulet

SV : poisson du chef

Brocolis

Flan pâtissier



L'origine des produits



Menu du Jeudi

Midi

Betteraves Chioggia

☹️ Pâtes aux fruits de mer

Fromage râpé

Panier de fruits

Salade endives

☹️ Bobotie de poisson

Riz

Crème brûlée



L'origine des produits



Menu du Vendredi



Salade savoyard (beaufort) + Coleslaw

😊 V : Hamburger savoyard

😊 SV : Hamburger savoyard végé

😊 Yaourt de Savoie

L'origine des produits

