

SEMAINE 43

Du lundi 23 au vendredi 27 octobre 2023

Les celtes considéraient que les esprits des morts revenaient le soir du jour de Samain pour visiter leurs proches. Un accueil spécial leur était donc réservé ! Au fil du temps, Halloween est progressivement devenue la fête des morts-vivants et des zombies, mais aussi celle des déguisements et des friandises !



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Salade de haricot vert  V : tranche de dinde SPC : Galette des champs Pâtes  Crème dessert</p>	<p>Feuilleté au fromage  V : Poisson à l'américaine  SPC : Pavé à l'américaine Choux fleur Cantal Panier de fruits</p>	<p>Salade verte Quenelle Riz Yaourt Tarte au chocolat</p>	<p>Salade de blé gourmande V : Choucroute (UE) SPC : Choucroute avec saucisse blé/soja Bleu Panier de fruits</p>	<p>Monstrueuse salade  V : Marmite de la sorcière  SPC : Pavé d'Oz  Polenta de jack à la lanterne Comté Gâteau d'halloween</p>
Soir	Repas du chef	Repas du chef	Repas du chef	Repas du chef	Légende : SPC : Sans Protéine Carnée  Fruit ou légume cru  Fruits ou légumes  Viande, poisson, œuf  Féculent  Produit laitier  Pâtisserie et produit






L'origine des produits



* « cuisiné ici » recette incluant des produits toléré sous réserve



MENU DIABÉTIQUE INSULINO-DEPENDANT (DID) 90g

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	Salade de haricot vert V : Steak haché	1 Feuilleté au fromage (30)	Salade verte 2 Quenelles (12g)	100g Salade de blé gourmande (25)	Monstrueuse salade (10g de croutons (6))
	SPC : 1 Galette des champs (13)	V : Poisson à l'américaine	90g de Riz (27)	Choucroute (dont 180g de pdt (27))	Marmite de la sorcière
	230g Pâtes (57.5)	Ou SPC : 100g Pavé à l'américaine (18)	Yaourt + 1 sachet de sucre (8)	SPC : 2 roulé végétal (4.2)	Ou SPC : 100g Pavé d'Oz (19)
	Ou SPC : 180g pâtes (45)	Choux fleur	75g Tarte au chocolat (30)	Bleu	230g Polenta de jack à la lanterne (39)
	Crème dessert (18g)	V : + 100g de pâtes (25)	1 tranche de pain (10)	1 fruit sauf banane/raisin (13g)	Ou SPC : 120g Polenta de jack à la lanterne (20)
	1 tranche de pain (10)	Ou SPC : pas de pâtes	Total glucides : 87g	2 tranches de pain (20g)	Comté
	Total glucides : 85.5/86	Cantal		Total glucides : 85g/89.2g	50g Gâteau d'halloween (29) + fantôme chocolat (2)
	Banane/raisins (20)			1 tranche de pain (10)	
	1 tranche de pain (10)			Total glucides : 86g	
	Ou SPC : 2 tranches de pain (20g)				
	Total glucides : 85/88g				
Soir	Repas du chef	Repas du chef	Repas du chef	Repas du chef	Légende :
					SPC : Sans Protéine Carnée
					 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	Salade de haricot vert V : Steak haché SPC : 1 Galette des champs (13) 270g Pâtes (67.5) Ou SPC : 220g pâtes (55)	1 Feuilleté au fromage (30) V : Poisson à l'américaine Ou SPC : 100g Pavé à l'américaine (18) Choux fleur V : + 140g de pâtes (35) Ou SPC : 40g de pâtes (10)	Salade verte 2 Quenelles (12g) 120g de Riz (36) Yaourt + 1 sachet de sucre (8) 75g Tarte au chocolat (30) 1 tranche de pain (10) Total glucides : 96g	140g Salade de blé gourmande (35) Choucroute (dont 180g de pdt (27)) SPC : 2 roulé végétal (4.2)	Monstrueuse salade (10g de croutons (6)) Marmite de la sorcière Ou SPC : 100g Pavé d'Oz (19) 230g Polenta de jack à la lanterne (39) Ou SPC : 120g Polenta de jack à la lanterne (20)	
	Crème dessert (18g) 1 tranche de pain (10) Total glucides : 95.5/96	Cantal Banane/raisins (20) 1 tranche de pain (10) Ou SPC : 2 tranches de pain (20g) Total glucides : 95/98g		Bleu 1 fruit sauf banane/raisin (13g) 2 tranches de pain (20g) Total glucides : 95g/99.2g	Comté 50g Gâteau d'halloween (29) + fantôme chocolat (2) 1 tranche de pain (10) +1 compote (15) Total glucides : 101g	
Soir					<p style="text-align: center;">Légende :</p> <p>SPC : Sans Protéine Carnée</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) 110g

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	Salade de haricot vert V : Steak haché	1 Feuilleté au fromage (30) V : Poisson à l'américaine	Salade verte 2 Quenelles (12g) 150g de Riz (45)	140g Salade de blé gourmande (35) Choucroute (dont 180g de pdt (27))	Monstrueuse salade (20g de croutons (12)) Marmite de la sorcière
	SPC : 1 Galette des champs (13)	Ou SPC : 100g Pavé à l'américaine (18)	Yaourt + 1 sachet de sucre (8)	SPC : 2 roulé végétal (4.2)	Ou SPC : 100g Pavé d'Oz (19)
	270g Pâtes (67.5)	Choux fleur	75g Tarte au chocolat (30)	Bleu	230g Polenta de jack à la lanterne (39)
	Ou SPC : 220g pâtes (55)	V : + 180g de pâtes (45)	1 tranche de pain (10)	1 fruit sauf banane/raisin (13g)	Ou SPC : 120g Polenta de jack à la lanterne (20)
	Crème dessert (18g) 2 tranches de pain (20g) Total glucides : 105.5/106	Ou SPC : 80g de pâtes (20)	Total glucides : 105g	2 tranches de pain (20g) +1 compote (15) Total glucides : 110g/114.2g	Comté
		Cantal			50g Gâteau d'halloween (29) + fantôme chocolat (2) 1 tranche de pain (10) +1 compote (15) Total glucides : 107g
	Banane/raisins (20) 1 tranche de pain (10)				
	Ou SPC : 2 tranches de pain (20g)				
	Total glucides : 105/108g				
Soir					<p style="text-align: center;">Légende :</p> <p>SPC : Sans Protéine Carnée</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>Salade de haricot vert V : Steak haché SPC : Galette des champs 150g Pâtes Compote 1 tranche de pain</p>	<p>Feuilleté au fromage V : Poisson à l'américaine SPC : Pavé à l'américaine 250g Choux fleur Cantal Panier de fruits 1 tranche de pain</p>	<p>Salade verte Quenelle 150g Riz Yaourt Tarte au chocolat 1 tranche de pain</p>	<p>90g Salade de blé gourmande V : Choucroute SPC : Choucroute avec saucisse blé/soja Bleu Panier de fruits 1 tranche de pain</p>	<p>Monstrueuse salade V : Marmite de la sorcière SPC : Pavé d'Oz 150g Polenta de jack à la lanterne Comté 50g Gâteau d'halloween</p>
Soir	Repas du chef	Repas du chef	Repas du chef	Repas du chef	<p>Légende :</p> <p>SPC : Sans Protéine Carnée</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>Steak haché Pâtes Fromage à pâte pressée cuite <i>Compote</i></p>		<p>Poisson au four Riz Fromage à pâte pressée cuite <i>Compote</i></p>		
Soir					<p>Légende :</p> <p>SPC : Sans Protéine Carnée</p> <ul style="list-style-type: none">Fruit ou légume cruFruits ou légumesViande, poisson, œufFéculentProduit laitierPâtisserie et produit

MENU DIABÉTIQUE NON INSULINO-DÉPENDANT (DNID)

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	Salade de haricot vert V : Steak haché SPC : Galette des champs 100g Pâtes <i>Compote</i>	1 Feuilleté au fromage V : Poisson à l'américaine SPC : Pavé à l'américaine 150g Choux fleur Cantal Panier de fruits	Salade verte Quenelle 100g Riz Yaourt nature Tarte au chocolat	90g Salade de blé gourmande V : Choucroute SPC : Choucroute avec saucisse blé/soja Bleu Panier de fruits	Monstrueuse salade V : Marmite de la sorcière SPC : Pavé d'Oz 100g Polenta de jack à la lanterne Comté Gâteau d'halloween
Soir					Légende : SPC : Sans Protéine Carnée  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 GLUTEN

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Salade de haricot vert V : Steak haché SPC : omelette Pâtes sans gluten Crème dessert</p>	<p><i>Salade de pâtes sans gluten/riz ou pdt</i> + <i>Sardine/maquereaux</i> V : Poisson à l'américaine SPC : Pavé à l'américaine Choux fleur Cantal Panier de fruits</p>	<p>Salade verte V : Steak haché SPC : omelette Riz Yaourt Compote</p>	<p><i>Salade de pâtes sans gluten/riz ou pdt</i> gourmande V : Choucroute SPC : Choucroute avec omelette Bleu Panier de fruits</p>	<p>Monstrueuse salade (sans croutons) V : Marmite de la sorcière (<i>sauce sans farine</i>) SPC : Pavé d'Oz (<i>sauce sans farine</i>) Polenta de jack à la lanterne Comté Compote</p>
Soir	Repas du chef	Repas du chef	Repas du chef	Repas du chef	Légende : SPC : Sans Protéine Carnée  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

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	Salade de haricot vert V : Steak haché (grillé/vapeur) Pâtes Laitage 0-3% mg Compote →Sans huile/beurre/crème	Entrée crudités V : Poisson à l'américaine (grillé/vapeur) Choux fleur Laitage 0-3% mg Panier de fruits →Sans huile/beurre/crème	Salade verte Volaille grillé/vapeur Riz Yaourt Compote →Sans huile/beurre/crème	Salade de blé gourmande V : Choucroute (sans sauce : poisson (grillé/vapeur) Laitage 0-3% mg Panier de fruits →Sans huile/beurre/crème	Monstrueuse salade V : Marmite de la sorcière Polenta de jack à la lanterne (sans fromage) Laitage 0-3% mg Compote →Sans huile/beurre/crème
Soir					Légende : SPC : Sans Protéine Carnée  Fruit ou légume cru  Fruits ou légumes  Viande, poisson, œuf  Féculent  Produit laitier  Pâtisserie et produit

*1 tranche de pain = 20g de pain

Sans charcuterie crue/fromage pas cuit

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Midi	<p>Salade de haricot vert V : Steak haché SPC : Galette des champs Pâtes Crème dessert</p>	<p>Feuilleté au fromage V : Poisson à l'américaine SPC : Pavé à l'américaine Choux fleur Laitage Panier de fruits</p>	<p>Salade verte Quenelle Riz Yaourt Tarte au chocolat</p>	<p>Salade de blé gourmande V : Choucroute SPC : Choucroute avec saucisse blé/soja Laitage Panier de fruits</p>	<p>Monstrueuse salade V : Marmite de la sorcière SPC : Pavé d'Oz Polenta de jack à la lanterne Laitage Gâteau d'halloween</p>
Soir	Repas du chef	Repas du chef	Repas du chef	Repas du chef	<p>Légende :</p> <p>SPC : Sans Protéine Carnée</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 23 octobre 2023	mardi 24 octobre 2023	mercredi 25 octobre 2023	jeudi 26 octobre 2023	vendredi 27 octobre 2023	Légende : (traces et/ou Présence)
midi						
entrée	salade de haricot vert : m,su	feuilleté au fromage ; g,l,o,su	salade verte : m	salade de blé gourmande : m,g	Monstrueuse salade : l,m,g	
entrée sv	0 :	0 :	0 :	0 :	0 :	
plats	Dinde à la moutarde : g,l,o,ce,m,su	poisson à l'américaine ; P,g,l,o,ce,su,mo,cr,ce	quenelle : l	choucroute : su	marmitte de la sorcière : P,g,su,l,o,m,ce,f,cr,mo	(G) Gluten (Cr) Crustacés (O) Œufs (P) Poissons
plats sv	galette des champs : G,l,o,so,ce,m	pavé à l'américaine ; g,l,ce,o,m,su	0 :	Sauerkraut :	0 :	(A) Arachides (So) Soja (L) Lait
accompagnement	pâtes : G,l,o	choux fleur ; l	riz : l	0 :	polenta de jack à la lanterne : g,l,o,ce,m	(F) Fruits à coques (Ce) Céleri
laitage	0 :	cantal ; l	yaourt aromatisé :	bleu : L	conté : L	
dessert	crème dessert ; L	panier de fruits ;	tarte au chocolat :	panier de fruits :	gateau d'halloween :g,l,o	
soir						
entrée	vacances :	vacances :	vacances :	vacances :		
entrée sv	0 :	0 :	0 :	0 :		
plats	0 :	0 :	0 :	0 :		
plats sv	0 :	0 :	0 :	0 :		
accompagnement	0 :	0 :	0 :	0 :		
laitage	0 :	0 :	0 :	0 :		
dessert	0 :	0 :	0 :	0 :		

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 de haricot vert

😊 V : tranche de dinde
😬 SPC : Galette des champs

Pâtes

😬 Crème dessert

L'origine des produits



Menu du Mardi

Midi

Feuilleté au fromage

☹️ V : Poisson à l'américaine

☹️ SPC : Pavé à l'américaine

Choux fleur

Cantal

Panier de fruits

L'origine des produits



Menu du Mercredi

Midi

Salade verte

Quenelle

Riz

Yaourt

Tarte au chocolat

L'origine des produits



Menu du Jeudi

Midi

Salade de blé gourmande

V : Choucroute (UE)

SPC : Choucroute avec
saucisse blé/soja

Bleu

Panier de fruits

L'origine des produits



Menu du Vendredi

Monstrueuse salade

V : Marmite de la sorcière

SPC : Pavé d'Oz

Polenta de jack à la lanterne

Comté

Gâteau d'halloween



L'origine des produits

