



MENUS CANTINE DU 02/09/2021 AU 22/10/2021

Ces menus ont été établis selon le G.E.M.R.C.N (Groupe d'Etudes des Marché de Restauration Collective et de Nutrition)
(sous réserve de modification)

DATE	LUNDI	Alg	MARDI	Alg	JEUDI	Alg	VENDREDI	Alg
Du 02 au 03 septembre					Melon Jambon blanc Pâtes bio Fromage (Bon Mayennais) Nectarine	A-G G	Carottes râpées vinaigrette Tomates farcies Riz Fromage blanc sucré	J-L G A G
Du 06 au 10 septembre	Dés de concombre au fromage blanc Rôti de dinde Haricots beurre Fromage (Petit Louis) Prunes (mirabelles)	G G G G	Salade verte + thon Spaghettis à la bolognaise Fromage (Cousteron) Pastèque	D-J-L A-G G	Céleri rémoulade Bœuf Bourguignon* Carottes + semoule Crème anglaise + gâteau	J-C I-A-B-D-G-C G-A G-A	Macédoine vinaigrette Poulet rôti Ratatouille + boulgour Glace	J-L G G G
Du 13 au 17 septembre	Melon Escalope de dinde Flageolets verts Mousse au chocolat	G G G	Moules Frites Fromage (Brie) Eclair au chocolat	D-B G G	Tomates vinaigrette Blanquette de veau* Tendres perles + champignons Petits suisses fruités	J-L A-G-C-I A G	Œuf mayonnaise Escalope de porc Petits pois Fromage (Vache qui Rit) Raisin blanc	C-J-L G G G
Du 20 au 24 septembre	Crêpe fourrée Poisson sauce citron Blé gourmand Fromage (Gruyère) Pomme	G D-G A G	Pâté + pain bio Nuggets de poulet Haricots verts Yaourt vanille bio	G-A A-F-C G G	Maquereau sauce moutarde Pizza Salade verte Glace	D-J-C A J-L G	Melon Saucisse Lentilles Yaourt nature sucré	G A G
Du 27 septembre au 1 octobre	Betteraves persillées Emincé de bœuf* Carottes + boulgour Fromage (Mimolette) Glace	J-L I-A-C-B-D-G A G	Macédoine vinaigrette Poisson sauce oseille Courgettes + riz bio Gâteau d'anniversaire	J-L G A G	Dés concombres + fromage blanc Rôti de porc Flageolets blancs à la tomate Yaourt fruité	G G G G	Tomates + pointes asperges vinaigrette Cuisses de poulet Purée PDT/patate douce Flamby	J-L G G G
Du 04 au 08 octobre	½ pamplemousse Sauté de dinde provençal Pâtes bio Fromage (Edam) Poire au chocolat	G A G	Céleri rémoulade + carottes râpées Dos cabillaud sauce béchamel Pommes de terre vapeur Petit suisse fruité	J-L-I A-G G	Sardines + beurre Sauté de porc à la moutarde Duo de haricots Banane	D-G G-C G	Dés de tomates + maïs vinaigrette Bœuf Bourguignon* Carottes + pruneaux + semoule Crème anglaise + madeleines	J-L A-C-B-D- G-I A G-A
Du 11 au 15 octobre	Œuf mayonnaise Filet d'Alaska meunière au citron Garniture de légumes Fromage blanc + ½ kiwi	C-J-G A-D G G	Carottes râpées vinaigrette Blanquette de veau* Salsifis + tendres perles Crème chocolat maison	J-L I-G-A-C A G	Tagliatelles/surimi mayonnaise Jambon blanc Epinards à la crème Petits suisse nature	A-B-C-J-G G G	Rillettes + pain bio Emincé de dinde au curry Blé gourmand Fromage (Bon Mayennais) Orange	A G A G
Du 18 au 22 octobre	Betteraves + mâche vinaigrette Cordon bleu Poêlée de légumes Yaourt vanille bio	J-L A-F-G G G	Macédoine mayonnaise Steak haché* Pommes de terre persillées Fromage blanc sucré	J-C-G G G G	Rillettes de maquereau Emincé de bœuf* Haricots verts Poire	G-D-J-C B-F-G-I-J G	Salade verte + thon Paupiettes de porc Petits pois Fromage (Kiri) Gâteau d'anniversaire	J-L-D G G A-G

*Viande bovine d'origine française – Les fruits proposés sont des fruits de saison - Eau et pain à volonté

* Alg : allergènes

Détail des allergènes

A : Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybridées) et produits à base de ces céréales

B : crustacés et produits à base de crustacés

C : œufs et produits à base d'œufs

D : poissons et produits à base de poissons

E : arachides et produits à base d'arachides

F : soja et produits à base de soja

G : lait et produits à base de lait (y compris de lactose)

H : fruits à coques (amandes, noisettes, noix, noix de : cajou, pécan, macadamia, du Brésil, du Queensland, pistaches) et produits à base de ces fruits

I : céleri et produits à base de céleri

J : moutarde et produits à base de moutarde

K : graines de sésame et produits à base de graines de sésame

L : anhydrides sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10mg/l (exprimés en SO₂)

M : lupin et produits à base de lupin

N : mollusques et produits à base de mollusques

Viande bovine : MME LEGEAY Véronique – GESNES

Viande porcine : M. TRAHAY - SAULGES

Volaille : Ferme du Parc – ST DENIS D'ORQUES

Poisson : RELAIS D'OR - ARGENTAN

Pommes de terre/carottes/poireaux : M. GIRAULT Jean-Michel – COMMER

Autres denrées et produits Bio : VIVECO à SAINTE-SUZANNE