



**MENUS CANTINE DU 03/01/2022 AU 04/02/2022**

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

| DATE                        | LUNDI   | Alg                          | MARDI   | Alg                    | JEUDI  | Alg                    | VENDREDI  | Alg               |
|-----------------------------|---|------------------------------|---|------------------------|--|------------------------|---|-------------------|
| Du 03 au 07 janvier         | Macédoine + maïs mayonnaise<br>Poisson sauce oseille<br>Riz bio + courgettes<br>Fromage<br>Banane | C-I-J<br>D-G<br>A<br>G       | Potage de légumes et vermicelles<br>Sauté de porc à la provençale<br>Petits pois<br>Fromage<br>Fruits au sirop      | A-G<br>G<br>G          | Betteraves + mâche vinaigrette<br>Steak haché*<br>Haricots beurre<br>Galette des rois          | J-E<br>G<br>G<br>G-A-H | Velouté de légumes + lait<br>Escalope de dinde<br>Gratin pommes de terre/brocolis<br>Yaourt bio vanille | G<br>G<br>G<br>G  |
| Du 10 au 14 janvier         | Carottes râpées<br>Cuisse de poulet rôti<br>Flageolets verts<br>Petit suisse fruité               | J-E<br>G<br>G<br>G           | Velouté à la tomate<br>Saucisse<br>Lentilles<br>Fromage<br>Clémentine   | G<br>G<br>A-G<br>G     | ½ pamplemousse<br>Bourguignon*/carottes<br>Semoule<br>Yaourt bio chocolat                      | G-K-C-J<br>G-A<br>G    | Potage de légumes/pâtes «lettres»<br>Parmentier de poisson<br>Salade verte<br>Compote de pommes         | A-G<br>G-D<br>J-E |
| Du 17 au 21 janvier         | Céleri rémoulade/mayonnaise/ crème<br>Rôti de dinde<br>Pâtes bio<br>Fromage<br>Poire              | I-G-J-C<br>G<br>A-G<br>G     | Potage de légumes/pâtes «étoiles»<br>Filet d'Alaska sauce meunière/citron<br>Carottes vichy<br>Crème vanille maison | A-G<br>A-G-D<br>G<br>G | Rillettes de maquereaux<br>Jambon blanc<br>Epinards à la crème<br>Crème anglaise et madeleines | G-D<br>G<br>G-A        | Velouté de poireaux<br>Rôti de porc<br>Purée maison<br>Orange   | G<br>G<br>G       |
| Du 24 au 28 janvier         | Betteraves + avocat vinaigrette<br>Poisson sauce béchamel<br>Tendres perles<br>Fromage<br>Pomme   | J-E<br>D-G<br>A<br>G         | Velouté au kiri<br>Blanquette de veau*<br>Carottes et salsifis<br>Fromage blanc + ½ kiwi                            | G<br>A-G-C-I<br>A<br>G | Macédoine vinaigrette<br>Pâtes à la Carbonara<br>Salade verte<br>Yaourt nature sucré           | J-E<br>A-G<br>J-E<br>G | Velouté d'asperges<br>Poulet rôti<br>Frites<br>Mousse au chocolat                                       | G<br>G<br>G       |
| Du 31 janvier au 04 février | Sardines et beurre<br>Sauté de dinde aux champignons<br>Boullgour<br>Petit suisse nature          | D-G<br>G-C-A-J-I-F<br>A<br>G | Velouté de potiron<br>Emincé de bœuf*<br>Haricots verts<br>Gâteau d'anniversaire                                    | G<br>B-F-G-I-C<br>G    | Pâté + pain bio<br>Cordons bleus<br>Poêlée de légumes<br>Fromage<br>Clémentine                 | G<br>G<br>G<br>G       | Potage de légumes/pâtes «vermicelles»<br>Tartine savoyarde<br>Salade<br>Yaourt fruité                   | G<br>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 SO<sub>2</sub>)  
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