

Semaine du 07 au 11 septembre 2020

ECOLE DE GRANDCAMP

| Lundi | Mardi | Jeudi | Vendredi |
|-------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|--|
| Pâté de foie sur toast | Salade de céleri | Salade de betteraves | Salade de tomate au maïs |
| Filet de poulet | Galopin de veau | Quiche aux 3 légumes | Dos de cabillaud |
| Petit pois - carotte | Haricots beurre | Salade verte | Pomme de terre – brocolis A la crème |
| Fromage | Fromage | Petit Suisse | Fromage |
| Fruit de saison | Entremets et gâteaux secs | Compote et langues de chat | Pâtisserie |

Ce menu pourra être modifié en cas de défaillance d'un fournisseur ou si des impératifs de service l'impose

Ce menu est établi sur les recommandations du Plan National Nutrition Santé (PNNS), du Groupement d'Etude de Marché de la Restauration Collective, de la Nutrition (GEMRCN) et de la loi EGalim. Il est présenté avec un code couleur de chaque famille d'aliment : **Le vert représente toutes les formes de fruits ou légumes, cuits ou crus (source de fibres et de vitamines)**, **le rouge, toutes les protides animales ou végétales (sources de protéines et de fer)**, **les féculents (sources de glucides)**, **le bleu (source de protéines et minéraux)**

Au quotidien, l'équilibre alimentaire consiste à manger un peu de tout (des aliments de chaque famille) ; c'est la diversité alimentaire.

Semaine du 14 au 18 septembre 2020

ECOLE DE GRANDCAMP

| Lundi | Mardi | Jeudi | Vendredi |
|-------------------------|----------------------------|---------------------------------|-----------------------------|
| Carottes râpées | Salade de concombre | Salade de quinoa et maïs | Macédoine de légumes |
| Lasagnes | Rôti de porc | Steak végétal | Poisson blanc |
| Salades | Frites | Lentilles | Ebly |
| Fromage | Fromage | Petit Suisse | Fromage |
| Salade de fruits | Compote | Fruit | Crème dessert lactée |

Semaine du 21 au 25 septembre 2020

ECOLE DE GRANDCAMP

| Lundi | Mardi | Jeudi | Vendredi |
|---|------------------------------------|--|------------------------|
| Salade composée Avocat tomate | Salade au gruyère jambon | Salade composée Lentilles mais | Taboulé |
| Rôti de dinde | Paupiette de veau | Tarte aux fromages | Poisson pané |
| Poêlée de légumes | Pâtes | Salade verte | Ratatouille |
| Fromage | Fromage | Fromage blanc | Fromage |
| Pâtisserie | Compote | Fruits de saison | Fruit de saison |

Semaine du 28 septembre au 2 octobre 2020

ECOLE DE GRANDCAMP

| Lundi | Mardi | Jeudi | Vendredi |
|----------------------------------|-------------------------|---|----------------------|
| Salade composée Tomate / thon | Concombre sauce blanche | Salade de quinoa et poivrons | Haricots vinaigrette |
| Pâtes à la carbonara | Steak haché | Œufs durs | Beignets de calamar |
| Salade de fruits | Poêlée méridionale | Pommes de terre chou fleurs à la crème | Tendres perles |
| | Fromage | Fromage | Petits Suisse |
| | Pâtisserie | Glace | Fruits de saison |

Semaine du 5 au 9 octobre 2020

ECOLE DE GRANDCAMP

| Lundi | Mardi | Jeudi | Vendredi |
|--|--|---|---|
| <p>Macédoine / surimi</p> <p>Cordon bleu</p> <p>Coquillettes</p> <p>Fromage</p> <p>Fruit</p> | <p>Salade au cœur de palmier</p> <p>Chipolatas</p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p>Fromage</p> <p>Yaourt aux fruits</p> | <p>Salade de pommes de terre</p> <p>Galette de blé</p> <p>Lentilles</p> <p>Petit Suisse</p> <p>Raisin</p> | <p>Salade d'avocat</p> <p>Duo de saumon</p> <p>Tagliatelles</p> <p>Fromage</p> <p>Compote</p> |

Semaine du 12 au 16 octobre 2020

ECOLE DE GRANDCAMP

| Lundi | Mardi | Jeudi | Vendredi |
|--|--|--|--|
| <p>Salade de betteraves</p> <p>Raviolis</p> <p>Yaourt</p> <p>Salade de fruits à base de fruits frais</p> | <p>Céleri rémoulade</p> <p>Sauté de porc</p> <p>Frites</p> <p>Fromage</p> <p>Compote</p> | <p>Concombres</p> <p>Steack végétal</p> <p>Lentilles</p> <p>Kiri</p> <p>Fromage aux fruits</p> | <p>Crudités</p> <p>Hamburger</p> <p>Chips</p> <p>Fromage</p> <p>Dessert au choix</p> |