

MENU ENFANTS

Du lundi 5 au vendredi 9
janvier 2026



LUNDI

Betterave vinaigrette, mâche



Filet de colin d'Alaska pané,
sauce tartare

BIO (œufs Bio, cèpes, cornichons, moutarde)

Haricots verts

Fromage

Clémentines

MERCREDI

Carottes râpées



Pintade, sauce crème (crème fermière, oignons)

Petits pois à la française
(carottes, lardons, oignons, scarole)

Fromage

Mousse au chocolat "maison"

VENDREDI

Salade carnaval

(chou blanc, concombres, radis, maïs, échalotes, ail, **moutarde**, persil)



Filet de cabillaud, sauce crème au chorizo
(crème fermière, chorizo, échalotes, **fumet de poisson**, citron)

Chou-fleur, brocolis

Fromage blanc sucré

MARDI

Potage Crécy Briard

(carottes, céleri, oignons, pommes de terre)



Rôti de bœuf, beurre maître d'Hôtel
Spaghetti Bio BIO

Galette des Rois "maison"

JEUDI

Potage parmentier

BIO (lait Bio, pommes de terre, poireaux)



Omelette au fromage

BIO (œufs Bio, emmental)

Frites

Kiwi

LA STAR DE LA SEMAINE



LE CHOU-FLEUR

Apprécié des Grecs et des Romains dès l'Antiquité, il tombe dans l'oubli pendant une longue période. En Europe, on redécouvre le chou-fleur au XVIe siècle, grâce à des marins italiens qui le ramènent du Levant. Dès la fin du XIXe siècle, près de vingt variétés de choux-fleurs sont produites dans l'Hexagone, devenu l'un des pays spécialistes de ce légume.

Le chou-fleur est source de vitamine C qui dynamise le système immunitaire, riche en vitamines B, essentielles pour la santé cardiovasculaire et pour les os, source de vitamine K, idéale pour préserver la solidité osseuse. Ses lipides, composés d'acides gras (type oméga 3) permettent de lutter contre le mauvais cholestérol, et donc de préserver les artères. Enfin, ce crucifère possède aussi des vertus antioxydantes et anti-inflammatoires grâce à la manganèse qu'il contient. Un atout de taille pour préserver le système cardiaque.



TRAÇABILITÉ



Nous privilégions les filières locales et fermières et l'origine française de nos produits.
"Notre établissement scolaire fournit des produits laitiers subventionnés par l'Union Européenne dans le cadre du régime européen de distribution de lait aux écoles".

ALLERGIES



Les plats proposés sont susceptibles de contenir un ou plusieurs des 14 allergènes à déclaration obligatoire du règlement n°1169 / 2011 du 25 octobre 2011 (liste des allergènes : céréales contenant du gluten, crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coques, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux et sulfite, lupin, mollusques).

Pour répondre à vos préoccupations et obligations, nous vous invitons à contacter la médecine scolaire et le directeur de l'école afin d'établir un Projet d'Accueil Individualisé avec notre service.

Les mets soulignés et en gras peuvent être allergènes chez certaines personnes