

Lundi 16 août

- salade coleslaw
- saucisse de volaille et ketchup
- nuggets végétaux et ketchup
- frites
- yaourt local à la framboise

Lundi 23 août

- salade de penne au gazpacho
- filet de saumon grillé à l'aneth, citron et tomates
- mélange de légumes
- saint albray®
- fruit

Lundi 30 août

- salade verte
- paëlla au poulet
- paëlla végétarienne aux fèves
- emmental
- fruit

Mardi 31 août

- salade coleslaw
- salade de pommes de terre au thon
- yaourt local à la fraise
- gâteau de semoule au perlé orange

Mardi 17 août

- salade de blé à la provençale
- rôti de dinde et mayonnaise
- œuf dur et mayonnaise
- salade de haricots verts aux échalotes
- gouda
- fruit

Mardi 24 août

- rillettes de thon
- boulettes de bœuf à la sauce tomate
- boulettes de soja à la sauce tomate basilic
- haricots verts
- port salut®
- fruit

Mercredi 1^{er} septembre

- sauté de bœuf sauce provençale
- pané moelleux toscana
- pûlée de pâtes aux légumes
- saint paulin
- fruit

Mercredi 18 août

- tajine d'agneau aux pois chiches
- tajine aux pois chiches
- gratin de brocolis et pommes de terre
- carré frais
- fruit

Mercredi 25 août

- salade grecque
- colombo de poulet
- colombo de cabillaud
- spécialité laitière au citron
- tarte au chocolat

Jeudi 19 août

- salade verte
- poisson pané et ketchup
- pommes de terre persillées
- cancoillotte nature
- tarte aux mirabelles

Jeudi 26 août

- salade de tomates
- rôti de veau et mayonnaise
- surimi et mayonnaise
- salade de crudités douceurs
- camembert
- fruit

Vendredi 20 août

- carottes râpées aux dés d'emmental
- tomates farcies végétales
- petits pois
- fromage blanc nature et coulis d'abricots
- poire au sirop

Vendredi 27 août

- salade de concombres vinaigrette
- chili végétarien
- fromage frais et coulis de fruits rouges
- île flotante

Jeu des 7 erreurs



Mon enfant a une allergie alimentaire : que faire ?

La réglementation en vigueur exige que toute préparation emballée contenant des allergènes fasse l'objet d'un étiquetage obligatoire. Si la présence avérée de ces substances peut être contrôlée à l'aide des fiches techniques de chaque produit, la vérification des menus de la cantine peut s'avérer fastidieuse pour les familles, d'autant plus que la cuisine centrale n'est pas en mesure de garantir l'absence totale des différents allergènes dans sa prestation (possibilité de traces omniprésentes). Le recours à un PAI (Projet d'Accueil Individualisé) peut alors être envisagé en collaboration avec le chef d'établissement et le médecin scolaire. Pour plus de renseignements, vous pouvez consulter le site public dédié à ce sujet :

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F21392>



Des questions sur les contraintes d'élaboration des menus en restauration collective scolaire ? N'hésitez pas à consulter les recommandations nutritionnelles du GEMRCN établies par le Ministère de l'Économie et la Direction des Affaires Juridiques :



https://www.economie.gouv.fr/files/files/directions_services/daj/marches_publics/oeap/gem/nutrition/nutrition.pdf

De plus, si vous souhaitez consulter la composition des goûters de vos enfants, rendez-vous sur le site de Grand Paris Sud Est Avenir : <http://sudestavenir.fr/menus>

Aujourd'hui avec la crise sanitaire le premier de nos grands défis est de vaincre la Covid19 en gardant à l'esprit les gestes barrières et le deuxième est de lutter contre le réchauffement de la planète en s'engageant pour le Climat.

À notre niveau, chacun d'entre nous pourra jouer un rôle considérable pour réduire sa part d'émission de gaz à effet de serre.

Dans la restauration scolaire par exemple, nous générons des déchets quand nous jetons de la nourriture à chaque repas. Ce sont des tonnes de déchets par an !

Alors que la cuisine centrale veille à servir des repas équilibrés et cherche toujours des recettes qui plaisent à ses convives en intégrant les produits de qualité et du Bio.

Elle s'appuie aussi sur les recommandations du groupe d'études des marchés de restauration collective et de nutrition qui insiste au respect du grammage et à adapter les portions au type de plat servi à chaque classe d'âge afin de réduire le gaspillage alimentaire.

Pour conclure, notre objectif est de contribuer à l'éducation nutritionnelle des jeunes élèves. La plaquette Gourmands Gourmets explique les menus et donne quelques recettes dans les encadrés en bas des pages.

Nous continuons à inviter les parents d'élèves et les responsables dans les écoles à solliciter notre direction pour organiser les visites de la cuisine centrale, dès que la situation sanitaire le permettra, afin de comprendre la fabrication de nos repas et nous les invitons aussi à remonter leurs observations à la commission des menus scolaires qui se tient tous les deux mois.

Toute l'équipe de la cuisine centrale vous souhaite Bonnes vacances et bon appétit !

Mme France BERNICHI

Conseillère territoriale déléguée
à la confection et livraison de repas
aux élèves et aux aînés.e.s

Lundi 5 juillet

- suprême de poisson blanc meunière et citron
- riz aux épinards à la crème
- bleuet des prairies
- fruit

Lundi 12 juillet

- œuf mayonnaise
- salade de lentilles vinaigrette
- salade de tomate vinaigrette
- cantal jeune
- fruit

Lundi 19 juillet

- filet de saumon au thym et citron grillé
- purée de pommes de terre
- cousterson®
- fruit

Lundi 26 juillet

- samossas de légumes
- sauté de poulet façon makhani
- haché de soja façon makhani
- riz
- yaourt au lait de chèvre
- fruit

Lundi 2 août

- pastèque
- salade de lentilles à l'échalotte
- pommes de terre
- yaourt local sucré

Lundi 9 août

- tomate
- œuf dur
- salade de pâtes marco polo
- langres
- fruit

Mardi 6 juillet

- rillettes de saumon
- rôti de veau et mayonnaise
- filet de colin grillé et mayonnaise
- carottes râpées
- saint albray®
- fruit

Mardi 13 juillet

- pastèque
- filet de rouget grillé et citron
- haricots plats à l'ail
- pont l'évêque
- riz au lait nature

Mardi 20 juillet

- cuisse de poulet grillée et mayonnaise
- surimi et mayonnaise
- salade de carottes râpées aux dés d'emmental
- brie
- yaourt fondant au cacao

Mardi 27 juillet

- pastèque
- sauté de bœuf à la provençale
- pané de blé aux petits légumes
- gratin de courgettes et pomme de terre
- coulommiers
- île flotante

Mardi 3 août

- surimi et mayonnaise
- émincé de poulet sauce au curry
- cubes de poisson blancs sauce au curry
- courgettes
- emmental
- fruit

Mardi 10 août

- gaspacho
- filet de cabillaud à l'aneth et citron
- blé aux petits légumes du soleil
- cantal jeune
- tarte pomme

Mercredi 7 juillet

- salade de perles légumières
- omelette nature
- ratatouille
- crème dessert au chocolat
- fruit

Mercredi 14 juillet

Fête nationale

Prise de la Bastille
14 juillet 1789

férié

Mercredi 21 juillet

- salade de tomate au basilic
- chili végétarien
- riz
- yaourt nature
- fruit

Mercredi 28 juillet

- salade de pommes de terre à la provençale
- œuf dur
- salade coleslaw
- edam
- fruit

Mercredi 4 août

- daube de bœuf à la provençale
- filet de rouget grillé au citron tomates et olives vertes
- fusillis
- yaourt aromatisé à la myrtille
- fruit

Mercredi 11 août

- salade de courgettes au fromage de brebis et olives noires
- tarte à la tomate, fromage de chèvre et basilic
- salade verte
- riz au lait nappé au caramel

Jeudi 8 juillet

- salade brésilienne
- chipolatas de volaille et ketchup
- filet de poisson grillé aux corn flakes et ketchup
- frites
- abondance
- fruit

Jeudi 15 juillet

- tajine de veau aux pois chiches
- tajine de pois chiches
- pommes de terre persillées
- fromage frais aromatisé
- fruit

Jeudi 22 juillet

- salade grecque
- cordon bleu de volaille
- pavé fromager
- haricots verts persillés
- emmental
- tarte aux cerises

Jeudi 29 juillet

- melon
- rôti de dinde au jus
- galette de boulgour aux haricots rouges et poivrons à la mexicaine
- ratatouille
- semoule au lait nappée caramel

Jeudi 5 août

- salade de concombres aux dés de fromage de brebis
- croque-monsieur à la volaille
- croque-monsieur au fromage
- salade verte iceberg
- gouda
- fruit

Jeudi 12 août

- salade piémontaise
- rôti de veau au jus
- filet de flétan sauce crème
- ratatouille
- saint nectaire
- fruit

Vendredi 9 juillet

- boulettes de bœuf à la tomate
- boulettes de saumon à la sauce tomate
- spaghetti
- yaourt aromatisé
- fruit

Vendredi 16 juillet

- taboulé à l'orientale
- moussaka de bœuf
- moussaka végétarienne
- salade verte
- mimolette
- fruit

Vendredi 23 juillet

- sauté d'agneau aux olives
- pané moelleux toscane
- serpentinis aux petits légumes
- yaourt local à la framboise
- fruit

Vendredi 30 juillet

- salade avocat tomate et citron
- penne rigate au thon sauce arrabiata
- tome noire
- tarte aux abricots

Vendredi 6 août

- salade de carottes râpées au maïs
- filet de colin aux corn flakes et ketchup
- tomates grillées à la provençale
- carré
- beignet au chocolat

Vendredi 13 août

- salade de pommes de terre, cœurs de palmiers et tomates
- sauté de poulet au citron et olives vertes
- falafels et sauce fromage frais au citron et persil
- jeunes carottes à la coriandre
- yaourt local à la vanille
- fruit

Légendes - Qualité des menus

- Prestations végétariennes
- Produits de proximité et issus de l'agriculture raisonnée
- Produits d'appellation d'origine protégée (AOP ou IGP) ou contrôlée (AOC)
- Produits Label rouge
- Produits Bleu Blanc Cœur
- Produits issus de l'agriculture biologique

La saison estivale est top pour faire le plein de vitamines !

Lorsque tu te promènes sur le marché en été, tu peux constater la présence de plusieurs variétés de fruits et légumes de saison !

En effet, la période estivale est LA bonne saison pour déguster des pêches, abricots, melons, tomates, courgettes... En plus, ils sont riches en vitamines, d'autant plus lorsqu'ils sont mangés crus. Durant l'été, tu en trouveras de toutes sortes dans ton assiette alors profite-en et fais le plein de vitamines !

Légendes - Groupes alimentaires

- Crudités : fruits et légumes crus
- Crudités : fruits et légumes cuits
- Produits sucrés : bonbons, gâteaux, sucre, miel...
- Produits laitiers : fromages, lait, yaourts...
- Féculents : pommes de terre, pâtes, céréales...
- Plats protidiques : viande, poisson, œufs, protéines végétales (légumineuses et autres)
- Matières grasses : huiles, beurres, crèmes...