


	01 au 05 Janvier	08 au 12 Janvier	15 au 19 Janvier	22 au 26 Janvier	Légende
LUNDI	Férié	Salade d'endives sauce au fromage blanc et surimi Jambon de dinde Haricots beurre (Comté) Galette des Rois	(Asperges vinaigrette) Filet de lieu Purée de patate douce Edam Fruit	Salade de quinoa Cordon bleu Ratatouille BJO (Pyrénées) Fruit BJO	Le vert clair : Légumes ou Fruits crus Le vert foncé : Légumes ou Fruits cuits Le rouge : Viande, Poisson ou Œuf Le Marron : Féculents Le Bleu : Produits Laitiers Le Jaune : Matières Grasses Le Rose : Sucre
Goûter		Fruit / Cracottes + Confiture	Pain BJO + Miel / Petit Suisse sucré	Boisson soja vanille / Pain au chocolat	Bœuf Veau Volaille Poisson Porc Lapin Agneau Mouton Œuf de poule plein air Végétarien
MARDI	(Pomelos) Sauté de bœuf sauce gâtinais Carottes BJO P'ti Louis Muffin	(Salade verte aux cœurs de palmier) Œufs brouillés Rösti de pomme de terre et oignons et ketchup Petit Suisse Fruit local et issu de l'agriculture raisonnée	(Fartinable au surimi) Blanquette de dinde Jeunes carottes Gouda Salade de fruit exotiques	Salade de mâche Papillons à la bolognaise de maquereaux et emmental râpé (Tomme blanche) Purée de fruit	Bœuf Veau Volaille Poisson Porc Lapin Agneau Mouton Œuf de poule plein air Végétarien
Goûter	Jus de fruit / Belvita	Pain BJO + Emmental / Grenadine	Marbré / Jus de fruit	Galette de céréales BJO + Confiture / Petit suisse / Fruit	Viande bovine d'origine Française (naissance, élevage, abatage) Agriculture Biologique
MERCREDI	(Chou fleur vinaigrette) Filet de hoki sauce coca Riz Tomme noire Fruit local et issu de l'agriculture raisonnée	(Taboulé) Sauté d'agneau sauce chasseur Jardinière Coulommiers Abricots secs	A Table Pour Ma Planète (Salade verte BJO) Chili con soja végétarien Haricots rouges / Riz / Maïs Carré frais BJO Fruit Local et issu de l'Agriculture Raisonnée	Salade de champignons Couscous boulettes BJO et merguez Semoule parfumée aux épices d'Orient Fromage aromatisé (Cocktail de fruit au sirop)	Viande bovine d'origine Française (naissance, élevage, abatage) Agriculture Biologique
Goûter	Croissant / Lait chocolat	Barre céréales fraises / Jus de fruit	Biscuit au citron BJO / Lait fraise	Pancake / Lait vanille	Label Rouge Poisson issu d'une pêche durable MSC Filière Bleu Blanc Cœur Appellation d'Origine Contrôlée
JEUDI	(Betteraves vinaigrette) Cuenelles nature sauce Nantua Poêlée méridionale Camembert Fruit BJO	(Macédoine au thon mayonnaise) Saucisse de porc Blé BJO à la tomate Yaourt aromatisé Fruit	Carottes rappées à l'orange Escalope de veau sauce Normande Courgettes Fromage blanc nature (Tarte aux pommes BJO)	(Salade de lentilles) Pommes de terre sauce Provençale Haricots verts persillé Brie Fruit local et issu de l'agriculture raisonnée	Label Rouge Poisson issu d'une pêche durable MSC Filière Bleu Blanc Cœur Appellation d'Origine Contrôlée
Goûter	Crème dessert vanille / Galette Bretonne	Brioche / Lait + Chocolat	Fruit / Crêpes au sucre	Pain BJO + Fromage à tartiner / Jus de fruit	Le pain servi est fabriqué à partir de Farine de blé Biologique
 VENDREDI	Céleri Rémoulade Poulet rôti au jus Gnocchi sauce crème Yaourt nature BJO (Pomme cuite au chocolat)	(Champignons à la Grecque) Poisson pané et citron Brocolis BJO Emmental Fruit au sirop	(Terrine de légumes sauce mousseline) Filet de merlu sauce tomate Frites Cantal Fruit	(Accras de morue) Rôti de bœuf Petits pois au jus Crème dessert Fruit	Le pain servi est fabriqué à partir de Farine de blé Biologique
Goûter	Fruit / Moelleux amande	Pain BJO + Chocolat / Jus de fruit	Pain BJO + Pâte à tartiner / Lait	Brioche aux pépites de chocolat / Yaourt nature BJO	Le pain servi est fabriqué à partir de Farine de blé Biologique

Happy New Year

En 2018, les Bonnes Résolutions sont aussi dans l'Assiette!

- Pour ma Santé :** Je mange au moins 5 fruits et légumes par jour et je diminue ma consommation de soda, gâteaux et autres aliments très sucrés. Mais je peux m'accorder quelques plaisirs comme la Galette des Rois le 08 Janvier à la cantine!
- Pour mon Plaisir :** Je suis curieux et n'hésite pas à goûter à tout pour découvrir de nouvelles saveurs comme le Chili Con Soja servi au menu « A Table Pour Ma Planète » du 17 Janvier.
- Pour ma Planète :** Je privilégie les produits de saison et ayant peu voyagé. A la cantine, toutes nos Pommes et Poires sont issues de l'Agriculture Raisonnée et poussent à moins de 20km de Saint-Denis.



2 nouveaux groupes scolaires (La Source et Confluence-Pina Baush) ont été choisis pour intégrer à leur tour notre programme d'actions de lutte contre la gaspillage alimentaire à partir de Janvier.

Différentes mesures sont mises en place. Elles sont déployées progressivement à l'ensemble des groupes scolaires

* Une réorganisation de la distribution du pain,

* Une réadaptation des portions en fonction de l'appétit de chaque enfant en élémentaire,

* Un passage de 5 à 4 composantes en maternelle dans le respect de l'équilibre alimentaire et de l'appétit des enfants. Vous pourrez repérer l'élément non servi grâce aux (parenthèses) dans le menu.

Pour d'avantage d'explications, n'hésitez pas à contacter la cuisine centrale au 01.83.72.20.30