

AU MENU DE LA SEMAINE!

LUNDI 28 AVRIL

Filet de poulet braisé
à la crème **BIO**
Petits pois carottes **BIO**
Emmental **BIO**
Kiwi **BIO**
Madeleine

LUNDI 5 MAI

Lasagnes ricotta, chèvre
& épinard
Salade verte
Fromage frais nature
Fruit

MARDI 29 AVRIL

Céleri rémoulade
Pané moelleux nature
Beignets de chou-fleur
Carré de l'est
Pêche au sirop

MARDI 6 MAI

Sauté de veau
sauce chèvre miel
Pommes de terre noisette
Camembert **BIO**
Fruit **BIO**

MERCREDI 30 AVRIL

Rillettes de thon
Filet de colin &
sauce tomate basilic
Conchiglie fermière
Gruyère
Fruit

MERCREDI 7 MAI

Carottes rapées
Saucisses chipolata
Choux fleur à la béchamel
Yaourt velouté nature
Tarte crumble poire chocolat

JEUDI 1^{ER} MAI



JEUDI 8 MAI



VENDREDI 2 MAI

Tomate
Raviolis saumon
P'tit louis®
Compote pomme cassis

VENDREDI 9 MAI

Brandade de morue
Salade verte
Chaussée aux moines®
Fruit

AU MENU DE LA SEMAINE!

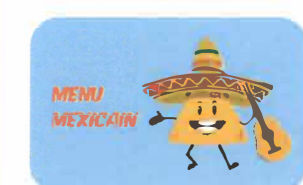
LUNDI 12 MAI

Salade coleslaw
Poisson blanc pané
& citron
Haricots verts **BIO**
Semoule au lait caramel

MARDI 13 MAI

Salade de penne au gaspacho
Cordon bleu de dinde
Poêlée de brocolis **BIO**
& carottes **BIO**
Crème dessert au caramel

MERCREDI 14 MAI



JEUDI 15 MAI

Croque fromage
Tomates vinaigrette
Yaourt **BIO** à la vanille
Fruit **BIO**

VENDREDI 16 MAI

Aiguillettes de poulet
à la forestière
Poêlée de légumes du marché
Abondance
Fruit

LUNDI 19 MAI



MARDI 20 MAI

Poulet rôti au jus
Pommes de terre grenaille
Pont l'évêque
Fruit

MERCREDI 21 MAI

Filet de colin
sauce citron & aneth
Riz **BIO** & épinard
Pointe de brie
Fruit

JEUDI 22 MAI

Salade de concombres
à la bulgare
Rôti de veau sauce chasseur
Carottes **BIO** persillées
Comté
Gaufre de Bruxelles

VENDREDI 23 MAI

Boulettes de bœuf **BIO**
à la sauce tomate basilic
Frites
Coulommier **BIO**
Fruit

AU MENU DE LA SEMAINE!

LUNDI 26 MAI



MARDI 27 MAI

Salade de concombres
& feta
Pépites de colin meunière
& ketchup
Gratin de courgettes
& pommes de terre
Riz au lait fermier **BIO**

MERCREDI 28 MAI

Salade verte
aux dés d'emmental
Chili de légumes
Riz **BIO**
Yaourt **BIO** aromatisé

JEUDI 29 MAI



VENDREDI 30 MAI



LUNDI 2 JUIN

Omelette **BIO**
aux fines herbes
Boullgour **BIO**
& ratatouille
Coulommiers **BIO**
Fruit

MARDI 3 JUIN

Salade de blé aux confettis
de légumes
Émincé de bœuf aux olives
Poêlée de légumes campagnarde
Rouy®
Tarte au chocolat

MERCREDI 4 JUIN



JEUDI 5 JUIN

Cubes de colin
sauce crème **BIO**
Tagliatelles
& emmental râpé
Etorki®
Fruit **BIO**

VENDREDI 6 JUIN

Avocat mayonnaise
Pilons de poulet façon tandoori
Pommes de terre smiles
Yaourt à boire à l'abricot

AU MENU DE LA SEMAINE!

LUNDI 9 JUIN



MARDI 10 JUIN

Jambon blanc
Coquillettes
Emmental **BIO**
Fruit **BIO**

MERCREDI 11 JUIN

Pavé fromager
Lentilles **BIO** à la dijonnaise
Chèvre®
Fruit

JEUDI 12 JUIN

Steak haché sauce tomate
Purée de courgettes
et pomme de terre
Saint nectaire
Fruit

VENDREDI 13 JUIN

Salade verte
Sauté de dinde
sauce crème
Gratin dauphinois
Yaourt à la vanille **BIO**

LUNDI 16 JUIN

Merguez et ketchup
Pommes de terre rissolées
Cousteron®
Fruit **BIO**

MARDI 17 JUIN

Salade douceur de crudités
Sauté de veau à l'estragon
Haricots beurre à la provençale
Montcendré®
Cookie aux pépites
de chocolat

MERCREDI 18 JUIN

Melon
Bouchées panées avocat,
haricots rouges & cheddar
Petits pois carottes **BIO**
Brie **BIO**
Oeuf au lait nappé caramel

JEUDI 19 JUIN



VENDREDI 20 JUIN

Paëlla au poulet
Riz **BIO**
Société crème®
Fruit **BIO**

LE PETIT-DÉJEUNER

LE PETIT-DÉJEUNER T'AIDE À COMMENCER TA JOURNÉE EN FORME, IL NE FAUT PAS L'OUBLIER! VOICI QUELQUES CONSEILS PRATIQUES.

Prépare la veille la vaisselle
et les produits secs dont tu
auras besoin pour le lendemain...

Lève-toi suffisamment tôt pour avoir le
temps nécessaire (environ 15 à 20 minutes,
c'est l'idéal!)

Prends ton petit-déjeuner sans télévision,
cela permet de mieux apprécier
ce que tu manges.

Il faut boire et t'hydrater dès que tu te
réveilles. C'est important, car ton corps a
besoin d'eau après toute la nuit sans avoir bu!

Varie la composition de ton
petit-déjeuner : ça évite la monotonie!

ALLERGIES?!

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>

LES MENUS DES ENFANTS!

AU MENU DE LA SEMAINE!

LUNDI 23 JUIN

Salade de betteraves & maïs à la vinaigrette échalotes
Tarte compotée courgettes chèvre **BIO**
Salade verte
Vache qui rit®
Liegeois chocolat

MARDI 24 JUIN

Carottes râpées
Nuggets de volaille & ketchup
Penne rigate **BIO** à la tomate
Edam **BIO**
Poire cuite au chocolat

MERCREDI 25 JUIN

Pavé de saumon à la crème d'échalote
Rosti de pommes de terre & légumes
Yaourt brassé à la poire **BIO**
Fruit **BIO**

JEUDI 26 JUIN



VENDREDI 27 JUIN

Melon
Filet de cabillaud à la tomate & ciboulette
Jeunes carottes à l'ail
Babybel®
Mousse au chocolat noir

LUNDI 30 JUIN

Céleri rémoulade
Lasagne au saumon
Bûche de chèvre **BIO**
Fruit

MARDI 1^{ER} JUILLET

Salade de tomates
Sauté de veau au chorizo
Poêlée de légumes & mini penne
Yaourt velouté aux fruits

MERCREDI 2 JUILLET

Concombres à la vinaigrette basilic
Tomate farcie végétale sauce tomate
Riz **BIO** & brunoise de légumes
Saint albray®
Fruit

JEUDI 3 JUILLET

Goulash de bœuf
Pommes de terre vapeur
Tomme Pyrénées
Fruit

VENDREDI 4 JUILLET

Pastèque
Emincé de poulet sauce crème **BIO**
Flageolets et haricots verts
Crème dessert chocolat

LE PLAT PROTIDIQUE ET SON ALTERNATIVE : QUELQUES RAPPELS !
A chaque rentrée scolaire de septembre, les parents d'élèves sont sollicités afin d'obtenir les préférences de choix protidiques du(des) enfant(s) de la famille, ce qui permet à chaque élève de bénéficier d'un repas complet et équilibré.
• Le premier, composé de viande, de poisson, d'œuf ou de protéines végétales
• Le second, composé de poisson, d'œuf ou de protéines végétales (indiqué en italique et par un astérisque [*] dans les menus)
Ces indications, centralisées par les services communaux, sont transmises à la cuisine centrale de Grand Paris Sud Est Avenir, qui s'efforce d'ajuster la production de chaque type de menu en fonction de ces précieuses données afin de limiter au maximum le gaspillage. Compte tenu du fonctionnement en liaison froide du service de restauration scolaire (fabrication des repas en amont du jour de menu), le respect de ce **choix annuel** au moment du service dans les réfectoires est alors indispensable afin que chaque enfant puisse bénéficier d'un repas intégral compatible avec ses convenances tout en participant activement à la préservation de nos ressources alimentaires.

LÉGENDES

QUALITÉ DES MENUS

- Menu végétarien**
- Produits de proximité**
- Produits d'Appellation d'Origine Protégée (AOP)**
- Produits d'Appellation d'Origine Contrôlée (AOC)**
- Produits d'Indication Géographique Protégée (IGP)**
- Produits Label Rouge**
- Repas froid**
- Produits issus d'une exploitation à Haute Valeur Environnementale (HVE)**
- Produits issus de l'agriculture biologique**
- Produits Bleu Blanc Cœur (hors Egalim)**
- Pêche Durable**
- Produits issus d'une exploitation à Certification Environnementale de niveau 2 (CE2)**
- Produit Fermier**

GROUPES ALIMENTAIRES

- Crudités** : fruits et légumes crus
- Cuitisés** : fruits et légumes cuits
- Produits sucrés** : bonbons, gâteaux, sucre, miel...
- Produits laitiers** : fromages, laits, yaourts...
- Féculents** : pommes de terre, pâtes, riz, céréales...
- Plats protidiques** : viandes, poissons, œufs, protéines végétales (légumineuses et autres)
- Matières grasses** : huiles, beurre, crème...

DES QUESTIONS SUR LES CONTRAINTES D'ÉLABORATION DES MENUS EN RESTAURATION COLLECTIVE SCOLAIRE ?
N'hésitez pas à consulter les recommandations nutritionnelles du Groupe d'Étude des Marchés de Restauration Collective et Nutrition (GEMRCN) établies par le Ministère de l'Economie 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>



GOURMANDS GOURMETS

Le Plessis-Tréville

N°118

DU LUNDI 28 AVRIL
AU VENDREDI 4 JUILLET 2025

LES MENUS DES ENFANTS!