

# CREAMENU

Une solution élaborée par des nutritionnistes et diététiciennes diplômées

## Menu de Février 2013

Ce menu respecte les fréquences de service du GEMRCN pour la classe d'âge considérée.

### Menu bio

mardi 29/01/13	GR	mercredi 30/01/13	GR	Jeudi 31/01/13	GR	Vendredi 01/02/13	GR	samedi 02/02/13	GR
<b>Entrée</b> Coleslaw	70 g	<b>Entrée</b> Jambon crus	80 g	<b>Entrée</b> Salade de haricots verts	80 g	<b>Entrée</b> Tarte chèvre tomates	40 g	<b>Entrée</b> Laitue	30 g
<b>Plat</b> Rôti de porc	60 g	<b>Plat</b> Fricassée de dinde au paprika	70 g	<b>Plat</b> Steak Haché		<b>Plat</b> Sauté de veau à la tomates et champignon	70 g	<b>Plat</b> Blanquette de poisson	70 g
<b>Garniture</b> Pâtes safrané aux petit pois	100 g	<b>Garniture</b> Aubergine grillé	170 g	<b>Garniture</b> Frite	170 g	<b>Garniture</b> Poêlée de carottes Crécy à la crème	100 g	<b>Garniture</b> Pomme de terre cuite à la vapeur	170 g
<b>Produit laitier</b> Gruyère	30 g	<b>Produit laitier</b> Chanteneige		<b>Produit laitier</b> Fromage des Pyrénées au lait de vache	30 g	<b>Produit laitier</b>	30 g	<b>Produit laitier</b> Morbier	30 g
<b>Dessert</b> Muffin vanille aux pépites de chocolat		<b>Dessert</b> Sapin chocolat	100 g	<b>Dessert</b> Cocktail de fruits	100 g	<b>Dessert</b> Crêpes	100 g	<b>Dessert</b> Tarte aux Chocolat	100 g

lundi 04/02/13	GR	mardi 05/02/13	GR	mercredi 06/02/13	GR	jeudi 7/02/13	GR	vendredi 8/02/13	GR
<b>Entrée</b> Feuillette fromage	70 g	<b>Entrée</b> Pois chiche	80 g	<b>Entrée</b> Champignon à la grecques	70 g	<b>Entrée</b> Salade de tomates au balsamique	50 g	<b>Entrée</b> Quiche lorraine	
<b>Plat</b> Brochette de dinde au épices douces		<b>Plat</b> Poisson pané	70 g	<b>Plat</b> Sauté de bœuf au vin rouge	70 g	<b>Plat</b> Chipolata		<b>Plat</b> Cuisse de poulet rôtie	140 g
<b>Garniture</b> Courgette rondelle	100 g	<b>Garniture</b> Duo de haricots verts et beurre	100 g	<b>Garniture</b> Riz blanc	170 g	<b>Garniture</b> Pomme de terre à la sarladaise		<b>Garniture</b> Ratatouille fondante	100 g
<b>Produit laitier</b> Yaourt aux fruits	125 g	<b>Produit laitier</b> Cantal	30 g	<b>Produit laitier</b> Yaourt aux fruits	30 g	<b>Produit laitier</b> Croc'Lait 30% mat gr	30 g	<b>Produit laitier</b> Yaourt à boire	100 g
<b>Dessert</b> Clémentine	100 g	<b>Dessert</b> Lunette chocolat		<b>Dessert</b>	100 g	<b>Dessert</b> Compote de fruits	100 g	<b>Dessert</b> Poire	100 g

Nouvel an chinois

samedi 9/02/13	GR	lundi 11/02/13	GR	mardi 12/02/13	GR	mercredi 13/02/13	GR	jeudi 14/02/13	GR
<b>Entrée</b> Endive vinaigrette emmental	30 g	<b>Entrée</b> Carotte rapé	60 g	<b>Entrée</b> Terrine de volaille (beurre et cornichon)	40 g	<b>Entrée</b> Salade de foie volaille et gésier	80 g	<b>Entrée</b> Taboulé	150 g
<b>Plat</b>		<b>Plat</b>		<b>Plat</b>		<b>Plat</b>		<b>Plat</b>	

## CREAMENU

Une solution élaborée par des nutritionnistes et diététiciennes diplômées

<b>Filet de hoki et moules</b>	<b>Curry d'agneau</b>	<b>70 g</b>	<b>Sauté de lapin sauce moutarde</b>	<b>70 g</b>	<b>Encornet farci</b>	<b>Paupiette de dinde</b>
<b>Garniture</b>	<b>Garniture</b>		<b>Garniture</b>		<b>Garniture</b>	<b>Garniture</b>
Légumes croquants	Flageolets au jus	170 g	Légumes couscous	100 g	Riz pilaf	Jardinière de légumes
<b>Produit laitier</b>	<b>Produit laitier</b>		<b>Produit laitier</b>		<b>Produit laitier</b>	<b>Produit laitier</b>
St Albray 34 % mat gr	Yaourt au lait entier, nature	125 g	Brie	30 g		Yaourt au lait entier, aromatisé, sucré
<b>Dessert</b>	<b>Dessert</b>		<b>Dessert</b>		<b>Dessert</b>	<b>Dessert</b>
Crêpes		100 g	Ananas au sirop	100 g	Pana cotta	

vendredi 15/02/13	GR	samedi 16/02/13	GR	lundi 18/02/13	GR	mardi 19/02/13	GR	mercredi 20/02/13	GR
<b>Entrée</b>		<b>Entrée</b>		<b>Entrée</b>		<b>Entrée</b>		<b>Entrée</b>	
Salade verte	70 g	Pizza au fromage		Salade de champignons et tomates	70 g	Avocat au thon et mayonnaise	100 g	Jambon cuit	30 g
<b>Plat</b>		<b>Plat</b>		<b>Plat</b>		<b>Plat</b>		<b>Plat</b>	
Joeuf de bœuf fondante	60 g	Filet de poissons meunière	70 g	Rôti de veau à l'estragon	70 g	Emincé de dinde à la compotée d'oignons	70 g	Filet de panga marqué au grill	
<b>Garniture</b>		<b>Garniture</b>		<b>Garniture</b>		<b>Garniture</b>		<b>Garniture</b>	
Pâtes au beurre	170 g	Purée de brocolis	100 g	Lentille	170 g	Gratiné de courgettes à la provençale	100 g	Purée de pomme de terre	180 g
<b>Produit laitier</b>		<b>Produit laitier</b>		<b>Produit laitier</b>		<b>Produit laitier</b>		<b>Produit laitier</b>	
Saint nectaire	125 g		30 g	Lait fermenté arôme fruits	125 g	Gouda	30 g	Saint-nectaire	30 g
<b>Dessert</b>		<b>Dessert</b>		<b>Dessert</b>		<b>Dessert</b>		<b>Dessert</b>	
Brownies	100 g	Eclair chocolat	100 g	Pêche, au sirop,	100 g	Tarte aux fruits		Raisin blanc	100 g

Garderie

Résidence PV

Bio