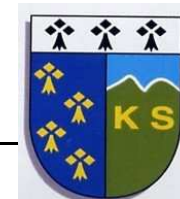


Menus de la Semaine du 5 au 9 novembre 2018



Eveil et
GOÛT

Découvrir pour mieux grandir

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Samoussa	Carottes râpées en vinaigrette		Méli-mélo de salade verte Vinaigrette balsamique	Betteraves vinaigrette
Aiguillettes de poulet tandoori	Poisson pané et citron		Saucisse de Strasbourg	Parmentier de bœuf
Riz créole 	Haricots verts		 Lentilles	 Yaourt aromatisé
Fromage blanc au sucre 	Tomme blanche		Vache picon	Fruit de saison
Fruit de saison	Semoule au lait		Mousse au chocolat au lait	

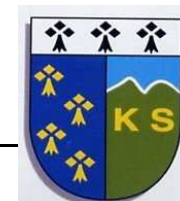
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



KERMARIA-SULARD

Menus Primaires 5 Composantes

Semaine du 12 au 16 Novembre 2018



Eveil et
GOÛT

Découvrir pour mieux grandir

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>SAISON</p> <p>Salade verte et dés d'édam</p> <p>Echine de porc demi-sel</p> <p>Julienne de légumes et lentilles</p> <p>Tomme noire</p> <p>Mousse à la noisette</p>	<p>Carottes râpées</p> <p>Bolognais</p> <p>Macaroni</p> <p>Fruit de saison</p>		<p>SAISON</p> <p>Endives au bleu</p> <p>Sauté de dinde au romarin</p> <p>Riz</p> <p>Yaourt nature</p> <p><i>Cake à la vanille*</i></p>	<p>Salade d'agrumes</p> <p>Filet de colin lieu sauce citron</p> <p>Purée de pomme de terre</p> <p>Milk shake à la pomme et fruits rouge</p>

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

*Nouvelles recettes **

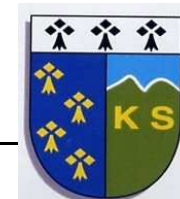


KERMARIA-SULARD



Menus Primaires 5 Composantes

Semaine du 19 au 23 Novembre 2018



Découvrir pour mieux grandir

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			Mission anti-gaspi	
Carottes râpées	Salade verte et dés de mimolette		Potage tomate et vermicelles	Friand au fromage
Parmentier de poisson et patate douce aux épices fumés*	Sauté de bœuf au paprika		Pilons de poulet sauce barbecue	Filet de colin
Gouda	Riz		Pates	Haricots verts persillés
Salade de fruits frais	Tarte au sucre		Yaourt nature	Fruit de saison
			Pain perdu	



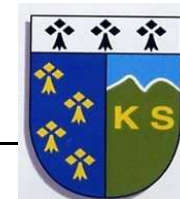
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

Nouvelles recettes *



Menus Primaires 5 Composantes

Semaine du 26 au 30 Novembre 2018



Eveil et
GOÛT

Découvrir pour mieux grandir

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			<i>Danse du Monde : Le Texas</i>	
Salade de coleslaw	Céleri sauce cocktail		Salade verte et des de mimolette	Mortadelle
Rôti de porc sauce tomate	Blanquette de veau		<i>Chili con carne</i>	Filet de colin lieu sauce citron
Torti	Poêlée forestière et riz		Crème caramel et biscuit	Jardinière de légumes et polenta
Brie	Banane			Fruit de saison
Fruit de saison				

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

* *Nouvelle recette*



KERMARIA-SULARD












Menus Primaires 5 Composantes

Semaine du 3 au 7 Décembre 2018



Découvrir pour mieux grandir

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Endives aux noix </p> <p>Colin d'Alaska pané</p> <p>riz créole</p> <p>Saint Paulin</p> <p>Entremets au chocolat </p>	<p>Rillettes de sardines à l'espagnole</p> <p>PLAT REGIONAL</p> <p> Fruit de saison </p>		<p>Salade verte </p> <p><i>tartiflette*</i> et salade verte</p> <p>Tomme noire </p> <p>Dips de pomme et crème aux fruits rouges </p>	<p>Cèleri râpé </p> <p>Pavé de colin</p> <p>Fondue de poireaux</p> <p>Clafouti aux pommes </p>

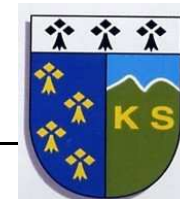
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

*Nouvelles recettes **











Menus Primaires 5 Composantes

Semaine du 10 au 14 Décembre 2018



Eveil et
GOÛT

Découvrir pour mieux grandir

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Carottes râpées à l'aneth </p> <p>Rôti de dinde sauce brune </p> <p>Bulgour coulis de tomate</p> <p>Gouda</p> <p>Compote allégée de poire</p>	<p>Pâtes au surimi </p> <p>Fondante au fromage de brebis</p> <p><i>Salade de fruits frais virgin margarita</i></p> <p></p>		<p>Salade de betteraves et maïs</p> <p>Fajitas bolognaise </p> <p>Fruit de saison </p>	<p>Salade d'agrumes </p> <p>Filet de colin lieu sauce au citron</p> <p>Jardinière de légumes et mélange 5 céréales</p> <p>Entremets café </p>

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

*Nouvelles recettes **

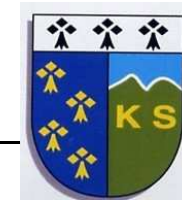


KERMARIA-SULARD










Menus Primaires 5 Composantes

Semaine du 17 au 21 Décembre 2018



Eveil et
GOÛT

Découvrir pour mieux grandir

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			<i>Repas de Noël</i>	
Taboulé	Céleri rémoulade 		Brick de chèvre chaud et salade	Salade de saison au bleu 
Aiguillette de poulet au citron 	Sauté de veau braisé aux oignons 		Emincé de dinde LBR sauce aux marrons 	Pavé de colin d'Alaska sauce tartare
Penne rigate	Pomme de terre vapeur		Pommes pins	Riz pilaf
Fruit de saison 	Flan saveur vanille nappé caramel		<i>Dessert tagada choc</i> 	Compote allégée pomme fraise

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

*Nouvelles recettes **

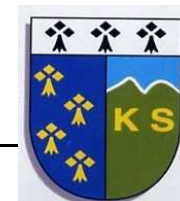


KERMARIA-SULARD










Menus Primaires 5 Composantes

Semaine du 7 au 11 janvier 2019



Découvrir pour mieux grandir

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p> Choux bicolores</p> <p>Filet de hoki sauce aurore</p> <p>Riz</p> <p>Camembert</p> <p>Mousseline de poire caramel et amandes</p>	<p> Salade verte et dés de mimolette</p> <p>Bœuf Bourguignon</p> <p> Carottes et bouigour</p> <p>Yaourt nature</p> <p>Gaufre Bruxelloise au sucre glace</p>		<p>Soupe crème cresson</p> <p><i>Hot Dog à la crème de Munster</i></p> <p></p> <p>Salade de fruits frais</p> <p> </p>	<p> Céleri râpé aux raisins</p> <p>Marmite de poisson à l'orientale</p> <p>Torti</p> <p>Flan saveur chocolat</p>

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

*Nouvelles recettes **



KERMARIA-SULARD



FREQUENCES RECOMMANDEES DE SERVICE DES PLATS POUR LES REPAS DES ENFANTS DE PLUS DE 3 ANS
DES ADOLESCENTS, DES ADULTES ET DES PERSONNES AGEES EN CAS DE PORTAGE A DOMICILE (1) (2) (3)

Période du lundi semaine 1 au vendredi semaine 4 (au moins 20 repas)	Entrée	Plat protidique	Garniture ou accompagnement	Produit laitier	Dessert	Fréquence recommandée	Fréquence observée menu conseillé pour 20 jours
Entrées contenant plus de 15% de lipides	1					4/20 maxi	1
Crudités légumes ou fruits	10		1			10/20 mini	11
Produits frits ou pré-frits contenant plus de 15% de lipides		0	2			4/20 maxi	2
Plats protidiques ayant un rapport P/L < ou = à 1 (le critère P/L ne s'applique pas aux plats aux œufs)		2				2/20 maxi	2
Poissons ou préparation à base de poisson contenant au moins 70 % de poisson, et ayant P/L > ou = 2		6				4/20 mini	6
Viandes non hachées de bœuf, de veau, d'agneau, et abats de boucherie		4				4/20 mini	4
Préparations ou plats prêts à consommer à base de viande, de poisson, d'œuf et/ ou de fromage, contenant moins de 70% de viande, de poisson ou d'œuf		3				3/20 maxi	3
Légumes cuits, autres que secs, seuls ou en mélange, contenant au moins 50% de légumes			10			10 sur 20	10
Légumes secs, féculents ou céréales, seuls ou en mélange			10			10 sur 20	10
Fromages contenant au moins 150mg de calcium par portion	3			10		8/20 mini	13
Fromages contenant au moins 100mg et moins de 150mg de calcium par portion	0			4		4/20 mini	4
Produits laitiers ou desserts lactés contenant au moins 100mg de calcium et moins de 5g de lipides par portion				6	1	6/20 mini	7
Desserts contenant plus de 15% de lipides, et plus de 20g de glucides simples totaux par portion					2	3/20 maxi	2
Desserts contenant moins de 15 % de lipides, et plus de 20g de glucides simples totaux par portion					2	4/20 maxi	2
Desserts de fruits crus					8	8/20 mini	8

FREQUENCES RECOMMANDEES DE SERVICE DES PLATS POUR LES REPAS DES ENFANTS DE PLUS DE 3 ANS
DES ADOLESCENTS, DES ADULTES ET DES PERSONNES AGEES EN CAS DE PORTAGE A DOMICILE (1) (2) (3)

Période du lundi semaine 1 au vendredi semaine 4 (au moins 20 repas)	Entrée	Plat protidique	Garniture ou accompagnement	Produit laitier	Dessert	Fréquence recommandée	Fréquence observée menu conseillé pour 15 jours
Entrées contenant plus de 15% de lipides	0					4/20 maxi	0
Crudités légumes ou fruits	8		2			10/20 mini	10
Produits frits ou pré-frits contenant plus de 15% de lipides		1				4/20 maxi	1
Plats protidiques ayant un rapport P/L < ou = à 1 (le critère P/L ne s'applique pas aux plats aux œufs)		2				2/20 maxi	2
Poissons ou préparation à base de poisson contenant au moins 70 % de poisson, et ayant P/L > ou = 2		4				4/20 mini	4
Viandes non hachées de bœuf, de veau, d'agneau, et abats de boucherie		3				4/20 mini	3
Préparations ou plats prêts à consommer à base de viande, de poisson ,d'œuf et/ ou de fromage, contenant moins de 70% de viande, de poisson ou d'œuf		2				3/20 maxi	2
Légumes cuits, autres que secs, seuls ou en mélange, contenant au moins 50% de légumes			7			10 sur 20	7
Légumes secs, féculents ou céréales, seuls ou en mélange			8			10 sur 20	8
Fromages contenant au moins 150mg de calcium par portion	1			8		8/20 mini	9
Fromages contenant au moins 100mg et moins de 150mg de calcium par portion	0			3		4/20 mini	3
Produits laitiers ou desserts lactés contenant au moins 100mg de calcium et moins de 5g de lipides par portion				4	2	6/20 mini	6
Desserts contenant plus de 15% de lipides , et plus de 20g de glucides simples totaux par portion					1	3/20 maxi	1
Desserts contenant moins de 15 % de lipides, et plus de 20g de glucides simples totaux par portion					1	4/20 maxi	1
Desserts de fruits crus					6	8/20 mini	6