

Qu'est-ce-qu'on mange ?

À SAVOIR ! En plus de l'équilibre alimentaire, en 2018, une loi a été votée pour que les cantines intègrent de nouveaux aspects dans le choix des aliments proposés.

Mardi **30 octobre 2018**, le Président de la République a promulgué la loi n° 2018-938 appelée **Loi Alimentation**. Elle est parue au Journal officiel n° 253 du **1er novembre 2018**.

Cette loi a trois objectifs principaux :

- payer suffisamment les producteurs, pour leur permettre de vivre dignement de leur travail ;
- renforcer la qualité sanitaire, environnementale et nutritionnelle des produits ;
- favoriser une alimentation saine, sûre et durable pour tous.



SAIS-TU QUE ?

La loi utilise des termes souvent compliqués.

Fournir une alimentation saine, sûre et durable, cela veut dire une alimentation qui permette de :

- **se rassasier** (ne plus avoir faim en sortant de table),
- **garantir un bon équilibre alimentaire** (apporter tous les éléments dont ton corps a besoin pour bien grandir et être en forme),
- **prendre plaisir à manger**,
MAIS AUSSI
- **qui tiennent compte de l'environnement, l'écologie** (en polluant moins)
- **et qui privilégie les produits "locaux"** (fabriqués dans les alentours de la cantine)



Nos sauces et nos plats :

Bâttonnière de lég. : carottes, h. verts et beurre, courgettes, pousses de soja

Aurore : béchamel tomate

Blanquette : crème, champignons, jaune d'œuf

Daube : tomate, oignons, échalote, carottes

Forestière : fond de viande, mélange de champignons

Grand-Mère : vin blanc, fond brun, carottes, oignons, échalote, lardons, champi.

Provençale : oignons, concentré de tomate, cubes de tomate, ail, olives vertes

Mousseline 4 lég. Verts : h. verts, brocolis, courgettes, pts-pois, p. de terre, Vache-qui-rit cuisine

Nos salades et nos pizzas:

À l'Indienne : vinaigrette au curry, curcuma, raisins secs

Coleslaw : chou blanc, carottes, mayonnaise

Piémontaise : p. de terre, œuf dur, jambon

Du Printemps : radis, carottes râpées, fêta

San Marco : tagliatelles, miettes de surimi, poivrons, mayonnaise

Pizza Paysanne : tomates, jambon, champi., lardons, cœurs d'artichaut, from.

Apprend à reconnaître les catégories d'aliments avec le code des couleurs :



Menus établis sous réserve des contraintes d'approvisionnement.

Origine des viandes : Bœuf, Veau, Porc, Volaille : France ; Agneau : Union Européenne

Menus conformes à l'équilibre nutritionnel et aux recommandations du GEMRCN
contrôlé par Sophie VIENNET, Diététicienne diplômée (fréquences nutritionnelles disponibles sur simple demande)

RESTAURATION SCOLAIRE

Menu pour la Commune d'Uchizy

PÉRIODE DU 04 MARS AU 12 AVRIL 2019

Animations : Gâteaux d'anniversaire les lundi 11 mars et mardi 02 avril

Bugnes du Carnaval le mardi 05 mars et le mercredi 06 mars

Repas à thème :

Menu printanier : le mardi 19 mars et le mercredi 20 mars

Menu de Pâques et distribution de chocolats de Pâques : le vendredi 12 avril

Plats découverte : Chou Rouge Pommes sce yaourt lundi 04 mars, Mousseline 4 légumes verts à la vache-qui-rit jeudi 07 mars, Choux de Bruxelles lundi 11 mars, Potée mardi 12 mars, Cake Maison Jambon Fromage lundi 25 mars, Chili con Carne mercredi 27 mars, Carottes râpées à l'Indienne lundi 1er/04, Œufs durs sce Aurore jeudi 04 avril

Chers écoliers,

La fin des vacances de février est marquée par **Mardi Gras**, le 5 mars, qui viendra avec son Carnaval pour fêter la fin de l'hiver et le début du printemps. A cette occasion, Bourgogne Repas vous servira les traditionnelles *Bugnes du Carnaval* !

Mais le froid ne sera pas encore totalement terminé. Ce sera l'occasion de **déguster et découvrir quelques plat hivernaux**, en particulier ceux à base de chou, légume riche en vitamine C, idéal pour reprendre des forces : *Chou Rouge aux Pommes sce yaourt* le 04 mars, *Choux de Bruxelles* le 11 mars, et un vrai plat d'hiver qui réchauffe bien, la *Potée* le 12 mars.

Bourgogne Repas vous proposera également quelques autres nouveautés :

Mousseline de 4 légumes verts à la Vache-qui-rit pour plus d'onctuosité le 7 mars, *Cake Maison Jambon Fromage* le 25 mars, *Chili con Carne* le 27 mars, *Carottes râpées à l'Indienne* le 01 avril et *Oeufs durs sce Aurore* le 04 avril.

Et pour fêter le premier jour officiel du Printemps, le menu du 19 mars sera un *Menu Printanier*, avec des plats contenant artichaut, navets, carottes.

Enfin, avant les vacances du mois d'avril, arrivera l'événement le plus attendu du printemps, c'est-à-dire **Pâques** ! Vous pourrez le fêter le 12 avril avec un dessert tout chocolat !

Nous vous souhaitons de bonnes découvertes et un bon appétit !



Zone Artisanale Du Bois Bernoux
71290 CUISERY
Tel : 03.85.40.09.51
Fax : 03.85.40.09.63
e-mail : info@bourgogne-repas.fr
Web : www.bourgogne-repas.fr

SEMAINE DU 4 MARS AU 8 MARS				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée Chou Rouge aux Pommes sœ yaourt	Macédoine Maïs	Salade de Lentilles au Cervelas* SP/SV : Salade Lentilles Thon	Salami* SP : Filet Dinde rôti mayo SV : Œufs durs mayo	Salade verte / Œuf dur
Plat principal Galopin de Veau SV : Pané Fromager	Rôti de Porc* moutarde SP : Blanc Poulet jus SV : Œufs durs béchamel	Blanquette de Veau SV : Moules à la crème	Escalope de Volaille au jus SV : Cabillaud sœ tomate	Colin persillé
Légumes Blé sauce tomate	Endives béchamel au lait fermier Bio	Carottes persillées	Mousseline 4 légumes verts Vache-qui-Rit	Macaronis au fromage
Fromage Brie à la coupe	Chanteneige	Fromage Blanc	Yaourt Nature	Petit Cotentin Nature
Dessert Orange	Bugnes	Bugnes	Clémenvillea	Flan Pistache au lait fermier Bio
Conseil du soir	Légumes Cuits Œuf Féculets Laitage Fruit Cuit	Crudités Poisson Féculets Laitage Fruit Cru	Crudités Viande Féculets Fromage Fruit Cru	Crudités Féculets Fromage Fruit Cuit

SEMAINE DU 18 MARS AU 22 MARS				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée Emincé de Poireaux Mimosa	Pizza Maison Paysanne* SP/SV : Pizza Maison Prov.	Salade de Radis Ronds émincés Fêta	Salade Mâche Jambon* SP/SV : Salade Mâche Œuf dur	Salade de H. Blancs échalote
Plat principal Omelette au fromage	Sauté de Veau Printanier SV : Nuggets de Poisson	Cuisse de Poulet rôti SV : Merlu beurre herbes	Raviolis frais à la Viande SV : Raviolis frais from.	Saumon huile d'olive
Légumes Tortis Bio	Navets / Carottes / Pts-Pois SP/SV : SS jus de viande	Jardinière de légumes	Bolognaise SV : sœ tomate	Brocolis à la crème
Fromage Velouté Nature	Coulommiers à la coupe	Pyrénées à la coupe	Cantafrais	Emmental à la coupe
Dessert Ananas Frais	Semoule au lait	Beignet Pomme	Compote de Poire	Fruit Bio
Conseil du soir	Crudités Viande Féculets Fromage Fruit Cuit	Crudités Féculets Laitage Fruit Cru	Légumes Cuits Œuf Féculets Laitage Fruit Cru	Légumes Cuits Poisson Féculets Fromage Fruit Cru

Gâteau d'anniversaire
Produit issu de l'agriculture biologique

Produit régional
 Produit cuit ou élaboré sur place

Plat découverte
 100% légumes frais
 Produit de saison

SEMAINE DU 11 MARS AU 15 MARS				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Taboulé	Betteraves rouges sauce yaourt	Salade de Mâche	Céleri râpé Œuf dur	Crêpe Jambon Fromage* SP/SV : Crêpe Fromage
Sauté Poulet Gd-Mère* SP : Sauté Poulet jus SV : Hoki crème champi.	Potée* SP/SV : Paupiette du Pêcheur	Roti de Porc au Thym* SP : Esc. Volaille sœ tomate SV : Quenelles sœ tomate	Emincé de Bœuf au Cumin SV : Œuf brouillés Curry	Galopin de Poisson Blanc Niçoise
Choux de Bruxelles	et ses légumes SP/SV : SS jus de viande	Riz créole	Petits-Pois / Carottes SP/SV : SS jus de viande	H. verts / P. de terre persillés
Fromage Blanc aux fruits	Carré de l'Est à la coupe	Gouda à la coupe	Samos	Tomme Grise à la coupe
Gâteau Maison pépites de Chocolat	Banane Bio	Kiwi	Crème dessert Vanille Bio	Orange
Conseil du soir	Crudités Poisson Féculets Fromage Fruit Cru	Crudités Œuf Féculets Fromage Fruit Cru	Légumes Cuits Poisson Féculets Laitage Fruit Cru	Crudités Viande Féculets Laitage Fruit Cuit

SEMAINE DU 25 MARS AU 29 MARS				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Cake Maison Jamb. From. SP/SV : Cake Maison From. Champi.	Chou-fleur vinaigrette	Haricots verts vinaigrette	Salade du Printemps	Macédoine Œuf dur
Sauté de Porc* SP : Esc. Volaille sœ tomate SV : Tortilla P. de terre	Steak haché sœ Forestière SV : Moules à la crème	Chili con Carne SV : Œufs brouillés Paprika	Blanc de Dinde au jus SV : Colin sœ tomate	Poisson Pané
Haricots Beurre	Pommes Rissolées	SV : Haricots Rouges façon Chili SS jus de viande	Flageolets SP/SV : SS jus de viande	Gratin de Poireaux au lait fermier Bio
Carré Calcium	Camembert à la coupe	Cantal à la coupe	Cotentin Ail et Fines Herbes	Mimolette à la coupe
Pomme Cuite / Gelée de Groseille	Poire locale	Yaourt fermier Aromatisé	Orange	Banane
Conseil du soir	Crudités Féculets Fromage Fruit Cru	Crudités Œuf Féculets Laitage Fruit Cuit	Légumes Cuits Poisson Féculets Laitage Fruit Cru	Légumes Cuits Œuf Féculets Fromage Fruit Cuit

* Plat comportant du porc
SP : Plat sans porc
SV : Plat sans viande, si géré par la collectivité

SEMAINE DU 1 AVRIL AU 5 AVRIL				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée Carottes râpées à l'Indienne	Salade Piémontaise* SP/SV : Salade P. de t. H. verts Œuf dur	Mortadelle* SP : Saucisson sec de Volaille SV : Terrine lég. mayo	Salade de Riz au Thon	Salade de Mâche / Bett. rouges
Chipolatas grillées* SP : Sauc. De Volaille SV : Nuggets Emmental	Sauté de Dinde SV : Galopin Poisson Blanc Niçoise	Emincé de Bœuf en Daube SV : Blanquette de Poisson	Œufs durs sœ Aurore	Hoki sauce Crevettes
Purée	Bâtonnière de légumes	Pennes	Gratin de Chou-Fleur au lait fermier Bio	Boullgour Pilaf
Six-de-Savoie	Petit-Suisse aux fruits	Brie à la coupe	Chanteneige	Saint-Paulin à la coupe
Flan Chocolat au lait fermier Bio	Gâteau Maison au Caramel	Pomme Golden	Beignet Chocolat	Compote Pomme Abricots Bio
Conseil du soir	Légumes Cuits Œuf Féculets Laitage Fruit Cru	Crudités Poisson Féculets Fromage Fruit Cru	Crudités Viande Féculets Fromage Fruit Cru	Légumes Cuits Œuf Féculets Laitage Fruit Cuit

SEMAINE DU 8 AVRIL AU 12 AVRIL				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Coleslaw Mimolette	Salade verte / Thon	Salade San Marco	Emincé de Poireaux vinaigrette	Mousse de Canard SV : Surimi mayo
Curry d'Agneau SV : Quenelles sœ béchamel	Spaghettis Carbonara*	Escalope de Volaille au jus SV : Tarte Thon Tomate	Palette Porc Provençale* SP : Blanc Poulet crème SV : Cabillaud crème	Brochette de Poisson Meunière
Riz Bio créole	SP/SV : Spaghettis Thon crème sœ tomate	Brocolis / P. de terre	Torsades de P. de terre	Carottes persillées
Tomme Blanche à la coupe	Vache Picon	Petit sucré	Fromage Blanc	Mini-Leerdammer
Kiwi	Ananas frais	Pêche au sirop / coulis de fruits rouges	Fruit Bio	Gâteau Maison Palets Choc Lait / chocolats de Pâques
Conseil du soir	Légumes Cuits Poisson Féculets Laitage Fruit Cuit	Légumes Cuits Viande Féculets Fromage Fruit Cuit	Crudités Œuf Féculets Fromage Fruit Cru	Crudités Féculets Laitage Fruit Cru

Fournir une alimentation saine, sûre et durable

- se rassasier** : grâce à des repas variés, composés des différentes catégories d'aliments (en particulier viande ou poisson ou oeuf, féculents, légumes et fruits, produits laitiers)
- garantir un bon équilibre alimentaire** : en respectant les recommandations du GEM-RCN,
- prendre plaisir à manger** : à chacun ses goûts ! alors la variété permet à chacun de trouver des aliments qui lui plaisent ; et ce qui compte aussi pour prendre plaisir à manger, c'est de partager un bon moment avec ses copains !
- qui tiennent compte de l'environnement, l'écologie** : avec des produits issus de l'Agriculture Biologique (lait fermier Bio, crème dessert Bio, pâtes et riz Bio, banane et autres fruits Bio, compote bio)
- et qui privilégie les produits "locaux"** (fabriqués dans un rayon d'environ 100 km) :
Rôti de porc, Emincé de bœuf (Bourgogne Franche-Comté, Rhône-Alpes, Auvergne), Chipolatas (Bourgogne Franche-Comté), Lait Fermier Bio (acheté directement à la Grange Gaule, à Loisy (71)), Yaourt Fermier Aromatisé (acheté directement à la Ferme des Pourchoux, à Ouroux (69)), Poire Locale (achetée directement à Des Vergers aux Potagers, à La Chapelle-de-Guinchay (71)).

NB : La présence ou la quantité de Viande Poisson ou Œuf au Dîner est à ADAPTER EN FONCTION DE L'AGE DE L'ENFANT



Menus établis sous réserve des contraintes d'approvisionnement.
Origine des viandes : Bœuf, Veau, Porc, Volaille : France ; Agneau : Union Européenne
Menus conformes à l'équilibre nutritionnel et aux recommandations du GEMRCN
contrôlé par Sophie VIENNET, Diététicienne diplômée (fréquences nutritionnelles disponibles sur simple demande)