



SAINT-JEAN
DE BRAY

Juin 2010

Menu Scolaire

CAP RENTREE
du 14 au 18 juin 2010

Chaque année, les services municipaux proposent aux enfants de grande section de maternelle de découvrir les accueils périscolaires des écoles qu'ils fréquenteront en septembre prochain.

Pique Nique
le 1er juillet 2010

Prévoir un petit sac isotherme pour le transport vers le lieu de Pique nique.



Où le trouve t'on ?

le lait et les produits laitiers en sont la principales sources. On peut y ajouter le jaune d'oeuf et les légumes secs,

A quoi sert-il ?

98% du calcium de notre corps se trouve dans les os et dans les dents. On retrouve le calcium dans la coagulation du sang, dans la contraction des muscles et dans l'activité du cœur,



	du 07 au 11/06/2010 3	Conseil du soir	du 14 au 18/06/2010 4	Conseil du soir	du 21 au 25/06/2010 1	Conseil du soir	du 28 au 02/07/2010 2	Conseil du soir
LUNDI	Taboulé Sauté de porc à l'estragon* Poêlée ratatouille Suisse nature Pastèque	œufs	Pâté en croûte Filet de loup au basilic Haricot beurre Yaourt nature Banane	Potage aux lentilles	Melon Sauté de dinde à la provençale Fusillis au basilic Saint Paulin Brisures d'ananas	Légumes	Poireau vinaigrette Filet de poisson meunière Riz basmati Rondelé au bleu Kiwi	Potage à la tomate
	<i>Pain / Fromage</i>		<i>Compote / Gâteaux secs</i>		<i>Pain / Pâte de fruits</i>		<i>Abricots séchés/ Pain brioché</i>	
MARDI	Haricots verts vinaigrette Pavé de saumon au beurre blanc Riz aux légumes Camembert Fruits de saison	Semoule au lait	Salade mélangée au gruyère Cordon bleu Purée Edam Compote de fruits	Légume	Saucisson sec/cornichons* Piccatas de bœuf Haricot vert Croq lait Nectarine	Poisson	Courgettes râpées Steak haché Pommes de terre au paprika Saint Morêt Cocktail de fruits	Légumes
	<i>Pain / confiture</i>		<i>Goûter CAP RENTREE</i>		<i>Pain au chocolat</i>		<i>*Pâté de volaille / Pain / Fromage</i>	
MERCREDI	Salade d'agrumes au surimi Paupiette de veau sauce forestière Choux de Bruxelles et pommes de terre persillées Tomme Catalane Esquimau	Légumes secs	Salade piémontaise Filet poisson grillé Carottes vichy Tartare ail et fines herbes Melon	Riz au lait	Salade de tomate au chèvre Côte de porc grillée* Poêlée bretonne Tarte aux fruits	Laitage	Crêpe Œuf poché Epinards à la crème Fourme d'Ambert Fruits de saison	Légumes secs
	<i>Fruit / Barre bretonne</i>		<i>Pain / Chocolat</i>		<i>Pain / Fromage</i>		<i>*Escalope de volaille / Chausson aux pommes</i>	
JEUDI	Macédoine mayonnaise Cannelonis gratinés Carré frais Fruits de saison	Légume	Concombre à la crème Boulette de bœuf Semoule et ses légumes Mini babybel Sorbet	Légume	Betterave en salade Poisson frais Blé Suisse nature Prunes	Légumes gratinés	Tomates cerises Sandwiches Jambon de dinde/emmental Chips Compote à boire	Légume
	<i>Pain au lait / Chocolat</i>		<i>Pain / Confiture</i>		<i>Pain de mie / Compote</i>		<i>Pain / Pâte à tartiner</i>	
VENDREDI	Melon Tajine de dinde aux raisins Boulgour Emmental Abricot à la menthe	Potage aux légumes	Tomate à la Mozzarella Omelette Poêlée de légumes Yaourt à la fraise BIO	Féculent	Carottes rapées Gigot d'agneau Courgette sautée Semoule au lait	Œufs	Salade Landaise* Boudin blanc Haricot beurre Petit Cabray Eclair au chocolat	Poisson
	<i>Pain de mie / Miel</i>		<i>Fruit / Pain d'épices</i>		<i>Pain au lait / fruit</i>		<i>Pain de mie / Compote</i>	

*salade verte

Ces menus sont donnés à titre indicatif et peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements.

Un menu de remplacement pour le porc est systématiquement présenté.

Toutes nos viandes de boeuf sont d'origine Française

Le goûter est donné aux enfants qui restent à l'APPS ou à l'étude le soir

Validée par la commission des menus - Diététicienne : Mme BALTACI