



SAINT-JEAN
DE BRAYE

Août 2010

Menu Scolaire

Le calcium

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,



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



	du 02 au 06/08/2010	Conseil du soir	du 09 au 13/08/2010	Conseil du soir	du 16 au 20/08/2010	Conseil du soir	du 23 au 27/08/2010	Conseil du soir
L U N D I	Salade de betterave au maïs		Cœur de palmier/tomate		Duo de melons		Salade de tomate et haricots verts	
	Brochette aux deux poissons		Steak de poisson		Saucisse de volaille		Médaille de merlu	
	Petit pois	Œufs	Purée de céleri	Féculent	Semoule aux légumes	Poisson	Pâtes bio	Légumes
	suisse nature		Mini cabrette		Camembert		Brie	
	Ananas frais		Brugnon		Sorbet		Fruit de saison	
	<i>Brioche fourré chocolat</i>		<i>Pain / Compote</i>		<i>Pain / Nougat</i>		<i>Pain / Pâte à tartiner</i>	
M A R D I	Taboulé		Salade coleslaw		Friand fromage		Salade de la mer	
	Chipolatas		Foie/Gésier de volaille		Paleron braisé		Brochette de volaille	
	Duo de chou	Féculent	Nouilles	Légumes Gratinés	Gratin de courgettes	Légumes sec	ratatouille/ Pommes de terre	Potage aux légumes
	Fromage portion bio		Babybel		Edam		Société crème	
	Fruit de saison		Ananas / Bigarreaux		Fruit de saison		compote de fruits	
	<i>Pain / Confiture</i>		<i>Pain chocolat</i>		<i>Yaourt aux fruits / Fruits secs</i>		<i>Pain / Pâte de fruits</i>	
M E R C R E D I	Concombre vinaigrette		Salade Niçoise		Mâche / Champignons émincés / Pomme		Betterave rondelle aux œufs	
	Paupiette de veau		Quiche de la mer		Jambon de porc		Chou farci	
	Soufflé de légumes	Légumes sec	Salade verte au maïs	Légumes	Poêlée de légumes	Légumes	sur lit de riz	Semoule au lait
	Tartare ail et fines herbes		Tomme blanche		Fromage portion		Yaourt nature bio	
	Clafoutis		Fruit Bio		Tarte noix de coco		Fruit de saison	
	<i>Pain d'épice / fruit</i>		<i>Beignet au chocolat</i>		<i>Pain au lait / Fruit</i>		<i>Pain / Fromage</i>	
J E U D I	Macédoine vinaigrette		Champignons à la Grecque		Chou fleur vinaigrette		Radis / Beurre	
	Tortillas aux oignons		Steak haché		Poisson frais		Bœuf mode	
	Salade verte	Poisson	Potatoes	Potage froid	Epinards à la crème	Féculent	P. de terre vapeur	Légumes
	Saint Paulin		Saint Bricet		Tomme grise		Tomme grise	
	Pastèque		Fruit de saison		Fruit de saison		Fusée	
	<i>Barre bretonne/Yaourt aux fruits</i>		<i>Suisse aux fruits / Gâteaux secs</i>		<i>Pain au chocolat</i>		<i>Gâteau au yaourt</i>	
V E N D R E D I	Melon jaune		Tomate à la fête		Salade d'agrumes		Assiette de crudités	
	Émincé de volaille sauce Mexicaine		Croque Monsieur		Gigôt d'agneau		Boudin noir	
	Semoule	Légumes	Salade mêlée	Poisson	Flageolets/haricots verts	Œufs	Purée de légumes	Poisson
	Saint Morêt						Gouda	
	Compote de pêche/ Gâteaux secs		Esquimau		riz au lait		Gaufre / Chantilly	
	<i>Pain /Fromage</i>		<i>Pain brioché / Fruit</i>		<i>Pain / Fromage</i>		<i>Pain d'épice / Fruit</i>	