

# PLAN ALIMENTAIRE CRECHE

## 5 SEMAINES



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
SEMAINE 1	CRUDITE (ou Potage)	CRUDITE	CRUDITE	HO PROTIDIQUE+ FECULENT	FECULENT	FECULENT	CRUDITE (ou Potage)
	ŒUF	VOLAILLE	POISSON	PORC	BŒUF	POISSON	VOLAILLE
	FECULENT	FECULENT	CRUDITE/FECULENT	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE	FECULENT
	100 <FROMAGE <150mg Ca	100 <FROMAGE <150mg Ca		PL>100mg Ca et <5g L	FROMAGE >150 mg Ca	100 <FROMAGE <150mg Ca	FROMAGE >150 mg Ca
	CRUDITE	CRUDITE	DESSERT LACTE	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE
SEMAINE 2	CRUDITE	FECULENT	CRUDITE (ou Potage)	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE	FECULENT
	PLAT VEGETARIEN	POISSON	BŒUF	POISSON	PORC	VOLAILLE	BŒUF
	FECULENT CRUDITE	CRUDITE	FECULENT	CRUDITE	FECULENT	FECULENT	CRUDITE
	100 <FROMAGE <150mg Ca	FROMAGE >150 mg Ca	PL>100mg Ca et <5g L		FROMAGE >150 mg Ca	FROMAGE >150 mg Ca	100 <FROMAGE <150mg Ca
	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE	DESSERT LACTE FECULENT	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE
SEMAINE 3	CRUDITE( ou Potage )	CRUDITE	FECULENT (sf HO patissier)	CRUDITE	FECULENT	CRUDITE	CRUDITE
	POISSON	BŒUF OU VEAU	PORC	VOLAILLE	POISSON	PORC	VOLAILLE
	FECULENT	CRUDITE/FECULENT	CRUDITE	FECULENT	CRUDITE	FECULENT	FECULENT
	FROMAGE >150 mg Ca	PL>100mg Ca et <5g L	100 <FROMAGE <150mg Ca		100 <FROMAGE <150mg Ca	100 <FROMAGE <150mg Ca	PL>100mg Ca et <5g L
	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE	DESSERT LACTE	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE
SEMAINE 4	FECULENT	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE( ou Potage )	CRUDITE( ou Potage )	FECULENT
	BŒUF	POISSON	PREPA PATISSIERE	PORC	VOLAILLE	POISSON	PORC
	CRUDITE	FECULENT	CRUDITE	CRUDITE	FECULENT	FECULENT	CRUDITE
	FROMAGE >150 mg Ca	PL>100mg Ca et <5g L	100 <FROMAGE <150mg Ca	100 <FROMAGE <150mg Ca	FROMAGE >150 mg Ca	( PL )	FROMAGE >150 mg Ca
	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE	PATISSERIE	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE
SEMAINE 5	CRUDITE	FECULENT	CRUDITE	CRUDITE	HO PROTIDIQUE	FECULENT	CRUDITE
	BŒUF	POISSON	VOLAILLE	POISSON	PLAT VEGETARIEN	VOLAILLE	BŒUF
	FECULENT	CRUDITE	CRUDITE	FECULENT	FECULENT CRUDITE	CRUDITE	FECULENT
	FROMAGE >150 mg Ca	100 <FROMAGE <150mg Ca		PL>100mg Ca et <5g L	100 <FROMAGE <150mg Ca	FROMAGE >150 mg Ca	PL>100mg Ca et <5g L
	CRUDITE	CRUDITE	DESSERT LACTE FECULENT	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE

Déjeuner

	6/12 mois	12 / 18 mois	+ 18 mois
LUNDI	Dos de colin au bouillon Purée de navets m Purée pomme carotte Fromage frais nature m Purée pomme pruneau	Dos de colin au bouillon Purée de navet Bûchette mi-chèvre m Purée pomme carotte Fromage frais nature m Purée pomme pruneau Boudoirs	Haricots verts échalote Parmentier de poisson *** Bûchette mi-chèvre Kiwi Fromage frais nature m Purée pomme pruneau Boudoirs
MARDI	Emincé de poulet au bouillon Purée de poireaux m Purée de pommes Yaourt nature m Purée pomme orange	Emincé de poulet au bouillon Purée de poireaux Yaourt nature m Purée de pommes Fourme d'Ambert m Purée pomme orange	Carottes râpées citronette Emincé de poulet sauce aux figues Riz / brunoise de légumes Yaourt nature m Purée de pommes Fourme d'Ambert Orange
MERCREDI	Sans porc : Dos de colin Sauté de porc au bouillon Purée de chou fleur Purée pomme banane Fromage blanc nature m Purée pomme mangue	Sauté de porc au bouillon Purée de chou fleur Fondu président Banane Fromage blanc nature m Purée pomme mangue Madeleine	Potage parmentier Rôti de porc au jus Chou fleur béchamel Fondu président Banane Lait entier m Purée pomme mangue Madeleine
JEUDI	Egréné de bœuf au bouillon Purée de potiron m Purée pomme poire m Yaourt nature B Purée pomme agrume	Egréné de bœuf au bouillon Purée de potiron/Coquillettes m Milk shake pomme poire m Yaourt nature B Purée pomme agrume	Chou blanc sauce fromage blanc curry Sauté de bœuf mironton Tortis m Milk shake pomme poire Gouda m Purée pomme agrume
VENDREDI	Dos de colin au bouillon Purée d'haricots beurre m Purée de pommes Fromage frais nature m Purée pomme raisin sec	Dos de colin au bouillon Purée d'haricots beurre Pont L'Evêque m Purée de pommes B Riz au lait au chocolat m Purée pomme raisin sec	Soupe de lentilles corail Dos de colin sauce oseille Haricots beurre Pont L'Evêque m Pomme B Riz au lait au chocolat m Purée pomme raisin sec
SAMEDI	<b>Sans porc : egréné de bœuf</b> Sauté de porc au bouillon Purée de blettes m Purée pomme cannelle Yaourt nature m Purée pomme poire	Sauté de porc au bouillon Purée de blettes Petit fromage frais m Purée pomme cannelle Yaourt nature m Purée pomme poire	Pomelos et sucre Sauté de porc au paprika Boulgour Emmental m Purée pomme cannelle Yaourt nature m Poire
DIMANCHE			

*Tout savoir*  
sur les menus de vos tout-petits

**Qualité produits**

Les viandes de porc servies sont labellisées Bleu-Blanc-Coeur  
Toutes nos viandes de bœuf sont d'origine française  
Fruits indiqués selon disponibilités

**C'est maison**

Toutes nos recettes sont élaborées par le Chef et son équipe

**C'est bio**

Toutes nos purées de légumes sont réalisées à partir de pommes de terre d'origine biologique

**C'est local**

Toutes nos purées sont réalisées à partir de pommes du Verger de la Pommerie Nantaise

**Composition des plats :**

Soupe de lentilles corail : lentille corail, p. de terre, oignon, crème, curry / Potage Parmentier : poireau, p. de terre

\*\*\*  
**Menu validé**  
en commission menu

Vous repérez grâce aux pictogrammes

C'est alternatif C'est maison C'est bio C'est local Cuisine de Chef\*\*

Déjeuner

	6/12 mois	12 / 18 mois	+ 18 mois
LUNDI	Egréné de bœuf au bouillon Purée de petits-pois Purée de pommes Yaourt nature Purée pomme mangue	Egréné de bœuf au bouillon Purée de petits-pois Vache qui rit Purée de pommes Yaourt nature Purée pomme mangue Petits beurre	Taboulé Sauté de bœuf aux oignons Petits pois cuisinés Edam Pomme Yaourt nature Purée pomme mangue Petits beurre
MARDI	Dos de colin au bouillon Purée de betteraves Purée pomme figue Fromage frais nature Purée pomme poire	Dos de colin au bouillon Purée de betteraves Fromage frais nature Purée pomme figue Rondelé Purée pomme poire	Salade de chou chinois Dos de colin sauce bretonne Riz créole Fromage frais nature Purée pomme figue Mimolette Poire
MERCREDI	Emincé de poulet au bouillon Purée d'épinards Purée pomme banane Frome blanc nature Purée pomme vanille	Emincé de poulet au bouillon Purée d'épinards Brie Banane Frome blanc nature Purée pomme vanille Madeleine	Potage de légumes Tarte au fromage Epinards béchamel Banane Frome blanc nature Purée pomme vanille Madeleine
JEUDI	Sans porc : égréné de bœuf Jambon blanc Purée d'haricots verts Purée pomme agrume Yaourt nature Purée de pommes	Jambon blanc Purée d'haricots verts Yaourt nature Purée pomme agrume Coulommiers Purée de pommes	Salade italienne Jambon blanc Purée d'haricots verts Yaourt nature Clémentine Coulommiers Purée de pommes
VENDREDI	Blanc de dinde au bouillon Purée de navets Purée pomme potimarron Fromage frais nature Purée pomme ananas	Blanc de dinde au bouillon Purée de navets Fromage frais nature Purée pomme potimarron Bouillie de froment Purée pomme ananas	Velouté de champignons Blanc de dinde sauce pruneau Bouillie de froment Tomme grise Orange Bouillie de froment Purée pomme ananas
SAMEDI	Dos de colin au bouillon Purée de poireaux Purée de pommes Yaourt nature Purée pomme poire	Dos de colin au bouillon Purée de poireaux Yaourt nature Purée de pommes Camembert Purée pomme poire	Chou-fleur persillé Dos de colin sauce agrumes Coquillettes Yaourt nature Pomme Camembert Purée pomme poire
DIMANCHE			

*Tout savoir*  
sur les menus de vos tout-petits

**Qualité produits**  
Les viandes de porc servies sont labellisées Blanc-Bleu-Cœur  
Toutes nos viandes de bœuf sont d'origine française  
Fruits indiquée selon disponibilités

**C'est maison**  
Toutes nos recettes sont élaborées par le Chef et son équipe

**C'est bio**  
Toutes nos purées de légumes sont réalisées à partir de pommes de terre d'origine biologique

**C'est local**  
Toutes nos purées sont réalisées à partir de pommes du Verger de la Pommerie Nantaise

**Composition des plats :**  
Sauce bretonne : julienne de légumes, oignon, farine, huile, citron, crème /  
Sauce à l'ancienne : champignons, oignons, lardons, crème, farine, huile /  
Salade italienne : torti, poivron, olive, tomate /  
Salade des incas : riz, carottes, tomate, maïs

Menu validé en commission menu

Vous repérer grâce aux pictogrammes

A C'est alternatif  
 M C'est maison  
 B C'est bio  
 L C'est local  
 \* Cuisine de Chef\*\*

Déjeuner

	6/12 mois	12 / 18 mois	+ 18 mois
LUNDI	<p> Egréné de bœuf au bouillon Purée de betteraves</p> <p>  Purée pomme cannelle Fromage frais nature   Pruneau pomme pruneau </p>	<p> Egréné de bœuf au bouillon Purée de betteraves Fondu président</p> <p>  Purée pomme cannelle Fromage frais nature  Purée pomme pruneau  Galette Saint Michel</p>	<p> Celeri sauce au fromage blanc Bœuf façon Baekoffe Pomme de terre vapeur Emmental</p> <p>  Purée pomme cannelle Fromage frais nature  Purée pomme pruneau  Galette Saint Michel</p>
MARDI	<p>Dos de colin au bouillon Purée d'haricots verts</p> <p> Purée pomme orange  Fromage blanc nature   Purée pomme poire</p>	<p>Dos de colin au bouillon Purée d'haricots verts Bûchette mi-chèvre</p> <p> Purée pomme orange   Semoule au lait   Purée pomme poire</p>	<p>Salade exotique Dos de colin sauce bercy Haricots verts Bûchette mi-chèvre Orange</p> <p>   Semoule au lait   Purée pomme poire</p>
MERCREDI	<p>Sans porc : Egréné de bœuf Sauté de porc au bouillon Purée de poireau</p> <p>  Purée de pommes Yaourt nature  Purée pomme ananas </p>	<p>Sauté de porc au bouillon Purée de poireau Yaourt nature</p> <p>  Purée de pommes Carré fromager  Purée pomme ananas </p>	<p> Salade de lentilles Flan de légumes Carottes au cumin Yaourt nature  Pomme Gouda  Purée pomme ananas </p>
JEUDI	<p>Emincé de poulet au bouillon Purée de potiron</p> <p> Purée de poire  Fromage frais nature  Purée pomme agrumes </p>	<p>Emincé de poulet au bouillon Purée de potiron Fromage frais nature</p> <p> Purée de poire  Saint Nectaire  Purée pomme agrumes </p>	<p> Velouté de patate douce Sauté de canard aux épices Pommes de terre smile Fromage frais nature</p> <p> Gâteau chocolat au potiron et crème de marron Saint Nectaire Clémentine</p>
VENDREDI	<p>Dos de colin au bouillon Purée d'épinards</p> <p> Purée pomme banane Yaourt nature   Purée de pommes</p>	<p>Dos de colin au bouillon Purée d'épinards Brie</p> <p> Purée pomme banane Yaourt nature   Purée de pommes Pain d'épices</p>	<p>Betteraves persillées Dos de colin sauce tomate Coquillettes Brie Kiwi</p> <p>  Yaourt nature Purée de pommes Pain d'épices</p>
SAMEDI	<p>Emincé de poulet au bouillon Purée de petits-pois</p> <p> Purée pomme mangue  Fromage blanc nature  Purée pomme raisin sec </p>	<p>Emincé de poulet au bouillon Purée de petits-pois Rondelé</p> <p> Purée pomme mangue  Fromage blanc nature  Purée pomme raisin sec </p>	<p>Salade nicarde Emincé de poulet sauce crème origan Petits-pois cuisinés Saint Paulin Clémentine</p> <p> Fromage blanc nature Purée pomme raisin sec </p>
DIMANCHE			

*Tout savoir*  
sur les menus de vos tout-petits

**Qualité produits**

Les viandes de porc servies sont labellisées Blanc-Bleu-Cœur

Toutes nos viandes de bœuf sont d'origine française

Fruits indiqués selon disponibilités

**C'est maison**

Toutes nos recettes sont élaborées par le Chef et son équipe

**C'est bio**

Toutes nos purées de légumes sont réalisées à partir de pommes de terre d'origine biologique

**C'est local**

Toutes nos purées sont réalisées à partir de pommes du Verger de la Pommeraiie Nantaise

**Composition des plats :**

Salade exotique : riz, tomate, ananas, maïs / Bœuf baekoffe : p. de terre lamelles, bœuf, carotte, oignon, poireau, huile de tournesol, farine / Salade nicarde : p. de terre, tomate, haricot vert

★ ★ ★  
**Menu validé**  
en commission menu

Vous repérer grâce aux pictogrammes

C'est alternatif C'est maison C'est bio C'est local Cuisine de Chef\*\*

Déjeuner

	6/12 mois	12 / 18 mois	+ 18 mois
LUNDI	Dos de colin au bouillon Purée d'épinards m Purée pomme mangue x Yaourt nature m Purée pomme orange x	Dos de colin au bouillon Purée d'épinards Yaourt nature m Purée pomme mangue x Cotentin m Purée pomme orange x	Carottes râpées citronnettes Dos de colin citron Purée d'épinards Yaourt nature m Purée pomme mangue x Cotentin m Orange x
MARDI	<b>JOYEUX NOEL!</b>		
MERCREDI	Emincé de poulet au bouillon Purée de carotte m Purée pomme agrume x Fromage frais nature m Purée pomme figue x	Omelette Purée de carotte Tomme blanche m Purée pomme agrume x Fromage frais nature m Purée pomme figue x Boudoirs	m Potage de potiron Omelette Blé à la tomate Tomme blanche Clémentine m Fromage frais nature Purée pomme figue x Boudoirs
JEUDI	 Sauté de porc au bouillon Purée de chou-fleur B Purée pomme banane Fromage blanc nature x m Purée de pommes	 Sauté de porc au bouillon Purée de chou-fleur Carré fromager Banane m Riz au lait à la cannelle B x m Purée de pommes	 Taboulé Sauté de porc estragon Chou-fleur béchamel Carré fromager Banane m Riz au lait à la cannelle B x m Purée de pommes
VENDREDI	 Egréné de bœuf au bouillon Purée d'haricots beurre x Purée pomme poire Yaourt nature m Purée pomme ananas x	 Egréné de bœuf au bouillon Purée d'haricots beurre Camembert x Purée pomme poire Yaourt nature m Purée pomme ananas x	Haricots verts persillés Egréné de bœuf Purée de pois cassés Mimolette Poire x Yaourt nature m Purée pomme ananas x
SAMEDI	Dos de colin au bouillon Purée de navets m Purée pomme pruneau x Fromage frais nature x m Purée pomme cannelle	Dos de colin au bouillon Purée de navets Bleu m Purée pomme pruneau x Fromage frais nature x m Purée pomme cannelle Madeleine longue	Salade de riz Dos de colin concarnoise Carottes et navets Bleu x Pomme Lait entier x m Purée pomme cannelle Corn flakes
DIMANCHE			

Tout savoir  
sur les menus de vos tout-petits

Qualité produits

Les viandes de porc servies sont labellisées Bleu-Blanc-Cœur  
 Toutes nos viandes de bœuf sont d'origine française  
 Fruits indiqués selon disponibilités

C'est maison  
Toutes nos recettes sont élaborées par le Chef et son équipe

C'est bio  
Toutes nos purées de légumes sont réalisées à partir de pommes de terre d'origine biologique

C'est local  
Toutes nos purées sont réalisées à partir de pommes du Verger de la Pommerie Nantaise

Composition des plats :  
 Sauce concarnoise : tomate concassée, crème, oignon, ail, farine, huile, persil

Menu validé en commission menu

Vous repérer grâce aux pictogrammes

a C'est alternatif m C'est maison B C'est bio x C'est local \* Cuisine de Chef\*\*

