

PLAN ALIMENTAIRE CRECHE

5 SEMAINES



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

Déjeuner

	6/12 mois	12 / 18 mois	+ 18 mois
LUNDI	Egréné de bœuf au bouillon M Purée de carottes M Purée de pommes Yaourt nature M Purée pomme pruneau	Egréné de bœuf au bouillon M Purée de carottes Mimolette M Purée de pommes Yaourt nature M Purée pomme pruneau Petits beurre	M Salade de lentilles M Sauté de bœuf à la provençale Carottes Mimolette M Pomme Yaourt nature M Purée pomme pruneau Petits beurre
MARDI	M Dos de colin au bouillon M Purée de betteraves M Purée pomme griotte Fromage frais nature M Purée pomme poire	M Dos de colin au bouillon M Purée de betteraves M Fromage frais nature M Purée pomme griotte Saint nectaire M Purée pomme poire	M Concombre ciboulette M Marmite de poisson Riz créole M Fromage frais nature M Purée pomme griotte Saint nectaire Kiwi
MERCREDI	Fête du Travail		
JEUDI	Sans porc : Dos de colin au bouillon Sauté de porc au bouillon M Purée d'épinards B Purée pomme banane Yaourt nature M Purée de pommes	Sauté de porc au bouillon M Purée d'épinards *** M Semoule au lait au chocolat Coulommiers M Purée de pommes	Radis à la croque Sauté de porc au jus M Epinards béchamel *** M Semoule au lait au chocolat Coulommiers Banane
VENDREDI	M Blanc de dinde au bouillon M Purée de navets M Purée pomme orange Fromage blanc nature M Purée pomme fraise	M Blanc de dinde au bouillon M Purée de navets Tomme grise M Purée pomme orange Bouillie de froment M Purée pomme fraise	M Crème de chou-fleur au curry Blanc de dinde à la tomate Boulgour Tomme grise Orange M Bouillie de froment M Purée pomme fraise
SAMEDI	Sans porc : Dos de colin au bouillon Sauté de porc au bouillon M Purée d'épinards M Purée pomme banane Yaourt nature M Purée de pommes	Sauté de porc au bouillon M Purée d'épinards *** M Semoule au lait au chocolat Coulommiers M Purée de pommes	Radis à la croque Sauté de porc au jus M Epinards béchamel *** M Semoule au lait au chocolat Coulommiers Banane
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 boeuf 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 de fruits sont réalisées à partir de pommes du Val de la Pommeraie Nantaise

Composition des plats :

Salade de lentilles : lentilles, tomate, échalote, persil, huile / Sauce provençale : tomate concassée, oignon, ail, farine, herbes de provence, huile

Menu validé en commission menu

Vous repérez 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	Egréné de bœuf au bouillon Purée d'épinards Purée pomme banane Fromage frais nature Purée de pomme orange	Egréné de bœuf au bouillon Purée d'épinards Emmental Purée pomme banane Fromage frais nature Purée de pomme orange Galette Saint Michel	Betteraves ciboulette Egréné de bœuf Purée pomme de terre Emmental Kiwi Fromage frais nature Purée de pomme orange Galette Saint Michel
MARDI	Dos de colin au bouillon Purée d'haricots verts Purée pomme vanille Fromage blanc nature Purée pomme poire	Dos de colin au bouillon Purée d'haricots verts Camembert Purée pomme vanille Gouda Purée pomme poire	Taboulé Dos de colin sauce basquaise Haricots verts Camembert Banane Gouda Purée pomme poire
MERCREDI	Victoire 1945		
JEUDI	Emincé de poulet au bouillon Purée de betteraves Purée pomme rhubarbe Yaourt nature Purée de pomme romarin	Emincé de poulet au bouillon Purée de betteraves/coquillettes Yaourt nature Purée pomme rhubarbe Tapioca au lait Purée de pomme romarin	Carottes râpées citronette Emincé de poulet sauce crème origan Coquillettes Yaourt nature Purée pomme rhubarbe Tapioca au lait Kiwi
VENDREDI	<i>Sans porc : Egréné de bœuf au bouillon</i> Sauté de porc au bouillon Purée de carottes Purée de pommes Fromage frais nature Purée pomme griotte	Sauté de porc au bouillon Purée de carottes Bûchette mi-chèvre Purée de pommes Fromage frais nature Purée pomme griotte Pain d'épices	Salade nicarde Clafoutis tomate et chèvre Carottes au cumin Pomme Fromage frais nature Purée pomme griotte Pain d'épices
SAMEDI	Emincé de poulet au bouillon Purée de betteraves Purée pomme rhubarbe Yaourt nature Purée de pomme romarin	Emincé de poulet au bouillon Purée de betteraves Yaourt nature Purée pomme rhubarbe Tapioca au lait Purée de pomme romarin	Carottes râpées citronette Emincé de poulet sauce crème origan Coquillettes Yaourt nature Purée pomme rhubarbe Tapioca au lait Kiwi
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 de fruits sont réalisées à partir de pommes du Vexin de la Pommerania Nantaise

Composition des plats :

Taboulé : semoule, concombre, tomate, menthe, huile d'olive, pulco / Salade nicarde : p. de terre, tomate, haricot vert / sauce basquaise : tomate concassée, poivron, oignon, ail, farine, huile / Crème origan : crème, origan, ail, huile, farine

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**



Lanternes au Sri Lanka

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 boeuf 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 de fruits sont réalisées à partir de pommes du Ve de la Pommeraie Nantaise

Composition des plats :

Sauce sri lankaise : lait de coco, tomate, ail oignon gingembre, coriandre / Cari de légumes : p. de terre, carotte, courgette, curry / Salade de riz niçois : riz, tomate, olive noire, basilic, huile / Houmous : pois chiche, cumin, ail, pulco, huile d'olive

Déjeuner

	6/12 mois	12 / 18 mois	+ 18 mois
LUNDI	Sauté de porc au bouillon Purée de petit pois Purée de pommes Yaourt nature Purée pomme fruits rouges	Sauté de porc au bouillon Purée de petit pois Carré fromager Purée de pommes Riz au lait à la cannelle Purée pomme fruits rouges	Salade de coquillettes basilic Sauté de porc au jus Petits pois cuisinés Carré fromager Pomme Riz au lait à la cannelle Purée pomme fruits rouges
MARDI	Blanc de dinde au bouillon Purée de carottes Purée pomme rhubarbe Fromage frais nature Purée pomme raisin sec	Omelette Purée de carottes Fromage frais nature Purée pomme rhubarbe Brie Purée pomme raisin sec	Concombre ciboulette Omelette Blé à la tomate Fromage frais nature Purée pomme rhubarbe Brie Kiwi
MERCREDI	Dos de colin au bouillon Purée d'épinards Purée pomme fraise Yaourt nature Purée pomme banane	Dos de colin au bouillon Purée d'épinards/semoule Saint paulin Purée pomme fraise Yaourt nature Purée pomme banane Boudoirs	Crème de betteraves Dos de colin sauce piperade Semoule Saint paulin Fraises (sous réserve) Yaourt nature Purée pomme banane Boudoirs
JEUDI	Emincé de poulet au bouillon Purée de courgette Purée pomme mangue Fromage blanc nature Purée pomme vanille	Emincé de poulet au bouillon Purée de courgette Fromage blanc nature Purée pomme mangue Cotentin Purée pomme vanille	Houmous au cumin et son toast Emincé de poulet à la sri lankaise Cari de légumes Lassi à la mangue Cotentin Pomme
VENDREDI	Egréné de bœuf au bouillon Purée d'haricots beurre Purée pomme banane Fromage frais nature Purée de pommes	Egréné de bœuf au bouillon Purée d'haricots beurre Mimolette Purée pomme banane Fromage frais nature Purée de pommes	Salade de riz niçois Sauté de bœuf aux olives Haricot beurre Mimolette Banane Fromage frais nature Purée de pommes
SAMEDI	Emincé de poulet au bouillon Purée de courgette Purée pomme mangue Fromage blanc nature Purée pomme vanille	Emincé de poulet au bouillon Purée de courgette Fromage blanc nature Purée pomme mangue Cotentin Purée pomme vanille	Tomate estragon Emincé de poulet au jus P. de terre courgettes Fromage blanc nature Purée pomme mangue Cotentin Pomme
DIMANCHE			

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	Emincé de poulet au bouillon Purée de courgettes Purée pomme romarin Yaourt nature Purée de pommes	Emincé de poulet au bouillon Purée de courgettes Tomme blanche Purée pomme romarin Yaourt nature Purée de pommes Petits beurre	Radis à la croque Salade de tortis couleur courgette tomate fèves *** Tomme blanche Purée pomme romarin Yaourt nature Pomme Petits beurre
MARDI	Dos de colin au bouillon Purée d'haricots verts Purée de pommes Fromage blanc nature Purée pomme menthe	Dos de colin au bouillon Purée d'haricots verts Edam Banane Vache qui rit Purée pomme menthe	Salade de boulgour aux petits légumes Dos de colin sauce tomate Haricots verts p. de terre Edam Banane Vache qui rit Purée pomme menthe
MERCREDI	Egréné de bœuf au bouillon Purée de carottes Purée pomme cannelle Yaourt nature Purée pomme figue	Egréné de bœuf au bouillon Purée de carottes Yaourt nature Purée pomme cannelle Bleu Purée pomme figue	Crème de carotte céleri Sauté de bœuf marengo Riz créole Yaourt nature Kiwi Bleu Purée pomme figue
JEUDI	Dos de colin au bouillon Purée d'épinards Purée pomme banane Fromage blanc nature Purée de pommes	Dos de colin au bouillon Purée d'épinards Fromage blanc nature Purée pomme banane Bouillie de froment Purée de pommes	Tomates ciboulette Dos de colin au basilic Epinards béchamel *** Gâteau au fromage blanc Bouillie de froment Pomme
VENDREDI	Sans porc : Blanc de dinde au bouillon Sauté de porc au bouillon Purée de navets Purée pomme vanille Fromage frais nature Purée pomme framboise	Sauté de porc au bouillon Purée de navets Emmental Purée pomme vanille Fromage frais nature Purée pomme framboise	Betteraves ciboulette Sauté de porc aux abricots Blé Emmental Pêche (sous réserve) Fromage frais nature Purée pomme framboise
SAMEDI	Dos de colin au bouillon Purée d'épinards Purée pomme banane Fromage blanc nature Purée de pommes	Dos de colin au bouillon Purée d'épinards Fromage blanc nature Purée pomme banane Vache qui rit Purée de pommes	Tomates ciboulette Dos de colin au basilic Epinards béchamel *** Gâteau au fromage blanc Vache qui rit Pomme
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 boeuf 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 de fruits sont réalisées à partir de pommes de Venise de la Pommeraie Nantaise

Composition des plats :
 Salade de boulgour : boulgour, brunoise de légumes, échalote, huile

Menu validé
en commission menu

Vous repérez 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	Dos de colin au bouillon Purée de poireaux Purée de pommes Fromage frais nature Purée pomme rhubarbe	Dos de colin au bouillon Purée de poireaux Tomme grise Purée de pommes Fromage frais nature Purée pomme rhubarbe Madeleine longue	Crème de courgette froide Dos de colin au fenouil Pommes vapeur Tomme grise Pomme Fromage frais nature Purée pomme rhubarbe Madeleine longue
MARDI	Egréné de bœuf au bouillon Purée de betteraves Purée pomme fraise Yaourt nature Purée pomme cannelle	Egréné de bœuf au bouillon Purée de betteraves Yaourt nature Purée pomme fraise Büchette mi-chèvre Purée pomme cannelle	Concombre ciboulette Viande de bœuf bolognaise Coquillettes Yaourt nature Purée pomme fraise Büchette mi-chèvre Kiwi
MERCREDI	<i>Sans porc : Dos de colin au bouillon</i> Jambon blanc Purée de chou-fleur Purée pomme banane Fromage blanc nature Purée pomme romarin	Jambon blanc Purée de chou-fleur Fondu président Banane Semoule au lait Purée pomme romarin	Riz à la niçoise Jambon blanc Chou-fleur béchamel Fondu président Banane Semoule au lait Purée pomme romarin
JEUDI	Ascension		
VENDREDI	Dos de colin au bouillon Purée d'haricots verts Purée de pommes Yaourt nature Purée pomme fruits rouges	Dos de colin au bouillon Purée d'haricots verts Camembert Purée de pommes Yaourt nature Purée pomme fruits rouges	Salade de blé fantaisie Dos de colin au lait de coco Haricots verts Camembert Kiwi Lait entier Purée pomme fruits rouges
SAMEDI	Emincé de poulet au bouillon Purée de poireaux Purée pomme fruits rouges Fromage frais nature Purée pomme vanille	Emincé de poulet au bouillon Purée de poireaux Fromage frais nature Gouda Purée pomme vanille	Carottes râpées citronette Tajine de poulet aux raisins secs Boulgour Milk shake pomme fruits rouges Gouda Pomme
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 de fruits sont réalisées à partir de pommes du Verger de la Pommeraie Nantaise

Composition des plats :

Riz à la niçoise : riz, tomate, olive noire, basilic, huile / Salade de blé fantaisie : blé, concombre, radis, maïs, ciboulette, huile / Sauce lait de coco : lait de coco, crème, carotte, oignon, farine

Menu validé en commission menu

Vous repérez grâce aux pictogrammes

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