

PLAN ALIMENTAIRE CRECHE

5 SEMAINES



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
SEMAINE 1	CRUDITE (ou Potage)	FECULENT	CRUDITE	FECULENT	CRUDITE	FECULENT	CRUDITE (ou Potage)
	VOLAILLE	ŒUF	POISSON	PORC	BŒUF	POISSON	VOLAILLE
	FECULENT	CRUDITE	CRUDITE/FECULENT	CRUDITE	FECULENT	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
	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
	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE	DESSERT LACTE FECULENT	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE
SEMAINE 3	CRUDITE(ou Potage)	CRUDITE	FECULENT (sf HO patissier)	CRUDITE	FECULENT	CRUDITE	CRUDITE
	POISSON	VOLAILLE	PORC	BŒUF OU VEAU	POISSON	PORC	VOLAILLE
	FECULENT	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	CRUDITE	HO PROTIDIQUE	CRUDITE	FECULENT	FECULENT	CRUDITE
	BŒUF	POISSON	PLAT VEGETARIEN	VOLAILLE	POISSON	VOLAILLE	BŒUF
	FECULENT	FECULENT	FECULENT CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE	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	CRUDITE	CRUDITE	DESSERT LACTE FECULENT	CRUDITE	CRUDITE	CRUDITE

Déjeuner

	6/12 mois	12 / 18 mois	+ 18 mois
LUNDI	Dos de colin au bouillon Purée de chou-fleur Purée pomme nectarine Yaourt nature Purée pomme rhubarbe	Dos de colin au bouillon Purée de chou-fleur Saint paulin Purée pomme nectarine Yaourt nature Purée pomme rhubarbe Boudoirs	Carottes cuites au cumin Parmentier de poisson Saint paulin Nectarine Yaourt nature Purée pomme rhubarbe Boudoirs
MARDI	Emincé de poulet au bouillon Purée d'haricots beurre Purée pomme fruits rouges Fromage frais nature Purée pomme pêche	Emincé de poulet au bouillon Purée d'haricots beurre Fromage frais nature Purée pomme fruits rouges Tomme blanche Purée pomme pêche	Tomate basilic Tajine de poulet aux abricots Semoule Milk shake aux fruits rouges Tomme blanche Pêche
MERCREDI	<i>Sans porc : Blanc de dinde au bouillon</i> Sauté de porc au bouillon Purée d'épinards Purée pomme banane Fromage blanc nature Purée pomme griotte	Sauté de porc au bouillon Purée d'épinards Emmental Banane Fromage blanc nature Purée pomme griotte Barre bretonne	Salade de riz niçois Rôti de porc au jus Epinards à la crème Emmental Banane Lait entier Purée pomme griotte Barre bretonne
JEUDI	Egréné de bœuf au bouillon Purée de carottes Purée pomme romarin Yaourt nature Purée de pommes	Egréné de bœuf au bouillon Purée de carottes Yaourt nature Purée pomme romarin Gouda Purée de pommes	Melon Sauté de bœuf marengo Pâtes tortis Yaourt nature Purée pomme romarin Gouda Pomme
VENDREDI	Dos de colin au bouillon Purée d'haricots verts Purée pomme abricot Fromage frais nature Purée pomme menthe	Dos de colin au bouillon Purée d'haricots verts Brie Purée pomme abricot Tapioca au lait Purée pomme menthe	Houmous et son toast Dos de colin à l'aneth Haricots verts Brie Abricot Tapioca au lait Purée pomme menthe
SAMEDI	Egréné de bœuf au bouillon Purée de carottes Purée pomme romarin Yaourt nature Purée de pommes	Egréné de bœuf au bouillon Purée de carottes Yaourt nature Purée pomme romarin Gouda Purée de pommes	Melon Sauté de bœuf marengo Pâtes tortis Yaourt nature Purée pomme romarin 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 vergier de la pommeraie Nantaise

Composition des plats :

Salade de riz niçois : riz, tomate, olive noire, basilic, huile / Houmous : pois chiche, ail, pulco, huile d'olive / Sauce marengo : tomate, champignon, carotte, oignon, farine, 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 m Purée de courgettes m Purée pomme pêche Yaourt nature m Purée de pommes	Egréné de bœuf au bouillon m Purée de courgettes Edam m Purée pomme pêche Yaourt nature m Purée de pommes Petits beurre	Salade de lentilles Egréné de bœuf au bouillon Courgettes Edam Pêche m Yaourt nature m Purée de pommes Petits beurre
MARDI	Dos de colin au bouillon m Purée de betteraves m Purée pomme rhubarbe Fromage frais nature m Purée pomme nectarine	Dos de colin au bouillon m Purée de betteraves Fromage frais nature m Purée pomme rhubarbe Mimolette m Purée pomme nectarine	Concombre ciboulette m Marmite de poisson basquaise Coquillettes Fromage frais nature m Purée pomme rhubarbe Mimolette Nectarine
MERCREDI	Emincé de poulet au bouillon m Purée d'haricots beurre B Purée pomme banane Yaourt nature m Purée pomme vanille	Emincé de poulet au bouillon m Purée d'haricots beurre Brie Banane Yaourt nature m Purée pomme vanille	Betteraves ciboulette m Tarte italienne Haricots beurre ail et persil *** Banane Yaourt nature m Purée pomme vanille
JEUDI	Sans porc : Dos de colin au bouillon m Jambon blanc Purée de petits-pois m Purée pomme Fromage blanc nature m Purée pomme romarin	Jambon blanc m Purée de petits-pois *** B Semoule au lait Coulommiers m Purée pomme romarin	Tomate ciboulette Jambon blanc Petits-pois cuisinés *** B Semoule au lait Coulommiers m Pommes
VENDREDI	Blanc de dinde au bouillon m Purée de carottes m Purée pomme abricot Fromage frais nature m Purée pomme fraise	Blanc de dinde au bouillon m Purée de carottes Tomme grise m Purée pomme abricot Fromage frais m Purée pomme fraise Sablé de Retz	Crème de céleri Blanc de dinde sauce romarin Boulgour Tomme grise Abricot m Fromage frais m Purée pomme fraise Sablé de Retz
SAMEDI	Sans porc : Dos de colin au bouillon m Jambon blanc Purée de petits-pois m Purée pomme banane Fromage blanc nature m Purée pomme romarin	Jambon blanc m Purée de petits-pois *** m Semoule au lait Coulommiers m Purée pomme romarin	Tomate ciboulette Jambon blanc Petits-pois cuisinés *** m Semoule au lait Coulommiers m Pommes
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 :

Salade de lentilles : lentilles, tomate, échalote, persil, huile / Sauce basquaise : sauce basquaise : tomate concassée, poivron, oignon, ail, farine, huile / Petits-pois cuisinés : petit-pois, carottes, oignon, laitue, herbes de provence

Menu validé en commission menu

Vous repérez grâce aux pictogrammes

a C'est alternatif **m** C'est maison **B** 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 betteraves Purée pomme nectarine Yaourt nature Purée de pommes	Egréné de bœuf au bouillon Purée de betteraves Emmental Purée pomme nectarine Yaourt nature Purée de pommes	Salade d'artichaut tomate Sauté de bœuf aux olives Riz pilaf Emmental Nectarine Yaourt nature Pomme
MARDI	Dos de colin au bouillon Purée d'épinards Purée pomme vanille Fromage frais nature Purée pomme banane	Dos de colin au bouillon Purée d'épinards Fromage frais nature Purée pomme griotte Gouda Banane	Melon Dos de colin sauce tomate Coquillettes Fromage frais nature Purée pomme griotte Gouda Banane
MERCREDI	<i>Sans porc : Egréné de bœuf au bouillon</i> Sauté de porc au bouillon Purée de courgettes Purée pomme abricot Yaourt nature Purée pomme vanille	Sauté de porc au bouillon Purée de courgettes Bûchette mi-chèvre Purée pomme abricot Yaourt nature Purée pomme vanille Pain d'épices	Salade de blé fantaisie Clafoutis à la provençal Courgettes Abricot Yaourt nature Purée pomme vanille Pain d'épices
JEUDI	Emincé de poulet au bouillon Purée de carottes Purée de pommes Fromage frais nature Purée pomme framboise	Emincé de poulet au bouillon Purée de carottes *** Floraline au chocolat Petit fromage frais Purée pomme framboise	Tomate basilic Emincé de poulet au curry Dés de carottes cerfeuil *** Floraline au chocolat Petit fromage frais Nectarine
VENDREDI	Dos de colin au bouillon Purée d'haricots verts Purée pomme pêche Fromage blanc nature Purée pomme myrtille	Dos de colin au bouillon Purée d'haricots verts Camembert Purée pomme pêche Tapioca au lait Purée pomme myrtille	Taboulé Dos de colin sauce fenouil Haricots verts Camembert Pêche Tapioca au lait Purée pomme myrtille
SAMEDI	Emincé de poulet au bouillon Purée de carottes Purée de pommes Fromage frais nature Purée pomme framboise	Emincé de poulet au bouillon Purée de carottes *** Floraline au chocolat Petit fromage frais Purée pomme framboise	Tomate basilic Emincé de poulet au curry Dés de carottes *** Floraline au chocolat Petit fromage frais Nectarine
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 vergers de la pommeraie Nantaise

Composition des plats :

Taboulé : semoule, concombre, tomate, menthe, huile d'olive, pulco / Clafoutis provençal : œuf, lait, tomate, oignon, herbes de provence, farine / Salade de blé fantaisie : blé, concombre, radis, maïs, ciboulette, 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**

P.A. n°5

Déjeuner

	6/12 mois	12 / 18 mois	+ 18 mois
LUNDI	Emincé de poulet au bouillon M Purée de courgettes M Purée pomme abricot X Yaourt nature M Purée pomme raisin sec X	Emincé de poulet au bouillon M Purée de courgettes Gouda M Purée pomme abricot X Yaourt nature M Purée pomme raisin sec X Galettes Saint Michel	Crème de chou-fleur froide Emincé de poulet tomate origan Semoule Gouda Abricot Yaourt nature M Purée pomme raisin sec X Galettes Saint Michel
MARDI	Blanc de dinde au bouillon M Purée de carottes M Purée pomme pêche X Fromage frais nature M Purée pomme rhubarbe X	Omelette M Purée de carottes Carré fromager M Purée pomme pêche X B Riz au lait M Purée pomme rhubarbe X	Salade pastourelle Omelette Poêlée provençale Carré fromager Pêche B Riz au lait M Purée pomme rhubarbe X
MERCREDI	Dos de colin au bouillon M Purée d'épinards M Purée pomme mûre X Fromage blanc nature B Purée pomme banane	Dos de colin au bouillon M Purée d'épinards Fromage blanc nature M Purée pomme mûre X Cotentin Banane	Concombre à la menthe Dos de colin sauce citron M Purée d'épinards *** M Clafoutis aux mûres Cotentin Banane
JEUDI	Sans porc : Egréné de bœuf au bouillon Sauté de porc au bouillon M Purée de petits-pois M Purée pomme romarin X Fromage frais nature M Purée de pommes X	Sauté de porc au bouillon M Purée de petits-pois Fromage frais nature M Purée pomme romarin X Tomme blanche M Purée de pommes X	Melon Rôti de porc au jus Salade de perles à l'italienne Fromage frais nature M Purée pomme romarin X Tomme blanche M Pomme X
VENDREDI	Egréné de bœuf au bouillon M Purée d'haricots beurre M Purée pomme nectarine X Yaourt nature M Purée pomme framboise X	Egréné de bœuf au bouillon M Purée d'haricots beurre Mimolette M Purée pomme nectarine X Yaourt nature M Purée pomme framboise X	Salade arlequin Sauté de bœuf sauce poivrons Haricot beurre Mimolette Nectarine Yaourt nature M Purée pomme framboise X
SAMEDI	Sans porc : Egréné de bœuf au bouillon Sauté de porc au bouillon M Purée de petits-pois M Purée pomme romarin X Fromage frais nature M Purée de pommes X	Sauté de porc au bouillon M Purée de petits-pois Fromage frais nature M Purée pomme romarin X Tomme blanche M Purée de pommes X	Melon Rôti de porc au jus Salade de perles à l'italienne Fromage frais nature M Purée pomme romarin X Tomme blanche M Pomme X
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 vergier de la pommeraie Nantaise

Composition des plats :

Salade pastourelle : coquillettes, tomate, huile d'olive / Salade de perles à l'italienne : perles, tomate, olive noire rondelle, basilic, huile d'olive / Salade arlequin : p. de terre, maïs, petit-pois / Poêlée provençale : courgette, haricot vert, tomate, oignon, ail, herbes de provence, farine, huile d'olive

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**

Déjeuner

	6/12 mois	12 / 18 mois	+ 18 mois
LUNDI	Emincé de poulet au bouillon (m) Purée de betteraves (m) Purée pomme myrtille (L) (B) Yaourt nature (m) Purée pomme nectarine (L)	Emincé de poulet au bouillon (m) Purée de betteraves Yaourt nature (m) Purée pomme myrtille (L) Saint paulin (m) Purée pomme nectarine (L)	(a) Melon Salade façon niçoise *** Yaourt nature (m) Purée pomme myrtille (L) Saint paulin Nectarine
MARDI	Dos de colin au bouillon (m) Purée d'épinards (m) Purée pomme banane (L) Fromage blanc nature (m) Purée pomme menthe (L)	Dos de colin au bouillon (m) Purée d'épinards Edam Banane (B) Bouillie de froment (m) (m) Purée pomme menthe (L)	Taboulé Dos de colin sauce tomate Mitonnée de légumes Edam Banane (B) Bouillie de froment (m) (m) Purée pomme menthe (L)
MERCREDI	Egréné de bœuf au bouillon (L) (m) Purée d'haricots verts (m) Purée pomme abricot (L) Fromage frais nature (m) Purée pomme figue (L)	Egréné de bœuf au bouillon (L) (m) Purée d'haricots verts Bleu (m) Purée pomme abricot (L) Fromage frais nature (m) Purée pomme figue (L)	Crème de betterave froide Sauté de bœuf marengo (L) Pâtes tortis Bleu Abricot Fromage frais nature (m) Purée pomme figue (L)
JEUDI	Dos de colin au bouillon (m) Purée de courgettes (m) Purée pomme fraise (L) Fromage blanc nature (m) Purée de pommes (L)	Dos de colin au bouillon (m) Purée de courgettes Fromage blanc nature (m) Purée pomme fraise (L) Vache qui rit (m) Purée de pommes (L)	Tomates ciboulette Dos de colin au basilic Courgettes et p. de terre à la provençale *** (m) Far nature Vache qui rit (L) Pomme
VENDREDI	Sans porc : Blanc de dinde au bouillon (L) Sauté de porc au bouillon (L) Purée de carottes (m) Purée pomme pêche (L) Yaourt nature (m) Purée pomme fruits rouges (L)	Sauté de porc au bouillon (L) Purée de carottes Emmental (m) Purée pomme pêche (L) Yaourt nature (m) Purée pomme fruits rouges (L) Petits beurre	Carottes cuites au citron Sauté de porc au curry (L) Blé Emmental Pêche Yaourt nature (m) Purée pomme fruits rouges (L) Petits beurre
SAMEDI	Dos de colin au bouillon (m) Purée de courgettes (m) Purée pomme fraise (L) Fromage blanc nature (m) Purée de pommes (L)	Dos de colin au bouillon (m) Purée de courgettes Fromage blanc nature (m) Purée pomme fraise (L) Vache qui rit (m) Purée de pommes (L)	Tomates ciboulette Dos de colin au basilic Courgettes et p. de terre à la provençale *** (m) Far nature Vache qui rit (L) 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 :
Mitonnée de légumes : carotte, courgette, haricot vert / Sauce marengo : tomate, champignon, carotte, oignon, farine, huile / Salade façon niçoise : œuf, p. de terre, poivron, haricot vert, olive noire, tomate

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 (C) Cuisine de Chef**