Allergènes 5J - Atelier Rochois

Ces Menus sont validés par Marion MOLLARD notre Diététicienne, ils peuvent êtres modifiés en fonction des opportunités de la Saison

Ils sont réalisés conformément au Décret n° 2011-1227 du 30 septembre 2011 relatif à la qualité nutritionnelle des repas servis dans le cadre de la restauration scolaire

Liste Allergènes
Lait
1
Gluten
2
Œuf
3
Poisson
4
Crustacé
5
Mollusque
6
Soja
7
Céleri
8
Arachide
9
Moutarde
10
Fruitcoque
11
Sésame
12
Lupin
13
Sulfites
14

MENUS DU MOIS DE MAI 2021

Semaine	lundi 3 mai	Allergène	mardi 4 mai	Allergène	mercredi 5 mai	Allergène	jeudi 6 mai	Allergène	vendredi 7 mai	Allergène
9	Radis Croquants et Petit Beurre	1-	Salade de Blé à la Menthe	1-2-3-8-10-14-	Les Premières Tomates, Vinaigrette **Lezfroy**	1-2-3-8-10-14-	Salade Verte, Douce Vinaigrette	1-2-3-8-10-14-	**Pommes de Terre BIO** en Parmentière	1-2-3-8-10-14-
	Pois Chiches & Carottes BIO sauce Tomate	1-2-3-8-10-14-	Dos de Cabillaud en Court-Mouillement	1-2-3-4-5-6-8-10-14-	Sauté d'Agneau façon Tajine	1-2-3-8-10-14-	**Tortis BIO Alpina Savoie**	1-2-3-8-10-14-	Rôti de Bœuf **Français** au Jus	1-2-3-8-10-14-
					Œufs Brouillés au Fromage	1-2-3-4-5-6-8-10-14-	Tortis sauce Crème aux Légumes	1-2-3-4-5-6-8-10-14-	Quenelles Gratinées	1-2-3-4-5-6-8-10-14-
	Riz BIO cuit Pilaf	1-2-3-8-	Petits-Pois et **Carottes BIO** Cuits à l'Etuvée	1-2-3-8-	**Semoule BIO** Gonflée	1-2-3-8-	et sauce Carbonara **Lezfroy**	1-2-3-8-	**Haricots Verts BIO** Sautés	
					Courgettes Recette Barbecue	1-2-3-8-				
	Comté Fruité BIO	1-	Petit Suisse Sucré	1-			Fromage Français Râpé	1-	**Reblochon Fruitier BIO** de **Haute-Savoie**	
	Flan Vanille au **Lait BIO** du **Crêt Joli**	1-	Pomme du **Tremblay**	--	Tarte Amandine aux Myrtilles	1-2-3-9-11-	**Compote Pomme Banane BIO Lezsaisons**	--	Salade Mangue Ananas	--
Semaine	**lundi 10 mai**	**Allergène**	**mardi 11 mai**	**Allergène**	**mercredi 12 mai**	**Allergène**	**jeudi 13 mai** Férié	**Allergène**	**vendredi 14 mai** Ascension	**Allergène**
10	Salade de **Pépinettes BIO** Tex Mex	1-2-3-8-10-14-	**Céleri BIO** en Rémoulade	1-2-3-8-10-14-	Salade de **Lentilles BIO** aux Tomates	1-2-3-8-10-14-	entrée	1-2-3-8-10-14-	Champignons à la Grecque	1-2-3-8-10-14-
	Chipolata de Région Grillée	1-2-3-8-10-14-	Emincé de Poulet **Français** Yassa	1-2-3-8-10-14-	Torfilla aux Champignons, **Œuf & PDT BIO**	1-2-3-8-10-14-	plat	1-2-3-8-10-14-	Filet de Merlu sauce Vierge	1-2-3-4-5-6-8-10-14-
	Colin sauce Nantaise	1-2-3-4-5-6-8-10-14-	Chili sans viande	1-2-3-4-5-6-8-10-14-						
	Purée de **Chou-Fleur & PDT BIO**	1-2-3-8-	**Riz BIO** aux Poivrons	1-2-3-8-	Epinards Crèmeux au **Lait BIO** du **Crêt Joli**	1-2-3-8-	garniture	1-2-3-8-	**Pommes de Terre BIO** au Four	1-2-3-8-
							garniture	1-2-3-8-	**Carottes BIO** à la Crème	1-2-3-8-
	Tomme Fermière **Rochoise**	1-	Yaourt Fermier	1-	**Beaufort AOP de Haute-Maurienne**	1-	fromage	1-	Fromage de Région	1-
	Pomme du **Tremblay**	--	de la **Ferme des 4 Saisons** à **Reignier**		Fraises	--	dessert	1-2-3-7-9-11-	Compote de Pommes de **Région**	--
Semaine	**lundi 17 mai**	**Allergène**	**mardi 18 mai**	**Allergène**	**mercredi 19 mai**	**Allergène**	**jeudi 20 mai**	**Allergène**	**vendredi 21 mai**	**Allergène**
11	Cuidités de **Betteraves BIO** Vinaigrette	1-2-3-8-10-14-	**Carottes BIO Râpées** Vinaigrette	1-2-3-8-10-14-	Les Premiers Melons **Charentais**	--	Salade Verte, Douce Vinaigrette	1-2-3-8-10-14-	Salade de **Riz BIO** Colorée	1-2-3-8-10-14-
	Raviolis BIO de **Royans**	1-2-3-8-10-14-	Escalope de Porc de **Rhône-Alpes** à l'Italienne	1-2-3-8-10-14-	Emincé de Dinde sauce Colombo	1-2-3-8-10-14-	Dos d'Eglefin sauce Curry	1-2-3-4-5-6-8-10-14-	Déclinaison de **Bœuf BIO des Savoie**	1-2-3-8-10-14-
			Quenelles sauce Italienne	1-2-3-4-5-6-8-10-14-	Terrine de Légumes	1-2-3-4-5-6-8-10-14-			Quiche au Fromage	1-2-3-4-5-6-8-10-14-
	aux Légumes du Soleil	1-2-3-8-	Haricots Coco Tomatés	1-2-3-8-	**PDT BIO** Façon Potatoes	1-2-3-8-	**Penne Rigate BIO** Pointe d'Huile d'Olive	1-2-3-8-	Gratin de Chou-Fleur au **Lait BIO** de **Minzier**	1-2-3-8-
							Rougail de Tomates	1-2-3-8-		
			Jus de Raisin de **Chignin**	14	Camembert	1-	**Fromage Blanc BIO** de **Minzier**	1-	**Raclette BIO** de **Savoie**	1-
	Yaourt aux Fruits BIO de **Minzier**	1-	Roulé Chocolat	1-2-3-7-	**Compote Pomme Poire BIO Lezsaisons**	--	et Coulis de Fruits **Lezfroy**	--	**Banane BIO**	--
Semaine	**lundi 24 mai** Pentecôte	**Allergène**	**mardi 25 mai**	**Allergène**	**mercredi 26 mai**	**Allergène**	**jeudi 27 mai**	**Allergène**	**vendredi 28 mai**	**Allergène**
12	entrée	1-2-3-8-10-14-	Cake aux Olives	1-2-3-8-10-14-	**Haricots Verts BIO** Vinaigrette	1-2-3-8-10-14-	Radis Croquants et Petit Beurre	1-	Concombres façon Tzatziki	1-2-3-8-10-14-
	plat	1-2-3-8-10-14-	Plein Filet de Colin d'Alaska Pané et son Citron	1-2-3-4-5-6-8-10-14-	Aiguillette de Poulet **Français** sauce Trompettes	1-2-3-8-10-14-	**Quenelles Nature BIO** de **Royans** Gratinées	1-2-3-8-10-14-	Lasagnes Fraîches de **Haute-Savoie**	1-2-3-8-10-14-
	substitut	1-2-3-4-5-6-8-10-14-			Œufs Brouillés au Fromage	1-2-3-4-5-6-8-10-14-			Lasagnes de Légumes	1-2-3-4-5-6-8-10-14-
	garniture	1-2-3-8-	Purée de **Brocolis BIO**	1-2-3-8-	Petits-Pois et **Carottes BIO** Cuits à l'Etuvée	1-2-3-8-	**Riz BIO** Ciboulette & Tomates Confites	1-2-3-8-	au Bœuf **Charolais**	
	garniture	1-2-3-8-								
	fromage	1-	Brie	1-	Petit Suisse Sucré	1-				
	dessert	1-2-3-7-	Compote de **Pommes du Tremblay**	--	Cookie	1-2-3-7-	**Yaourt Nature Sucré BIO** de **Minzier**	1-	Ile Flottante, Crème Anglaise au **Lait BIO**	1-2-3-
Semaine	**lundi 31 mai**	**Allergène**	**mardi 1 juin**	**Allergène**	**mercredi 2 juin**	**Allergène**	**jeudi 3 juin**	**Allergène**	**vendredi 4 juin**	**Allergène**
12	Salade de **Lentilles Vertes BIO**	1-2-3-8-10-14-	Tranche de Melon **Charentais**	--	Terrine **Carotte & Brocolis BIO**, Tartare	1-2-3-8-10-14-	Batavia, Vinaigrette **Lezfroy**	1-2-3-8-10-14-	**Tomates BIO**, Vinaigrette aux Epices	1-2-3-8-10-14-
	Haut de Cuisse de Poulet **Français** Mariné	1-2-3-8-10-14-	**Sauté de Veau BIO** Marengo	1-2-3-8-10-14-	Emincé de Canard **Français** aux Navets	1-2-3-8-10-14-	Poisson Frais sauce Crème	1-2-3-4-5-6-8-10-14-	Œufs Brouillés	1-2-3-8-10-14-
	Quiche au Fromage	1-2-3-4-5-6-8-10-14-	Quenelles sauce Tomate	1-2-3-4-5-6-8-10-14-	Colin sauce Crème	1-2-3-4-5-6-8-10-14-			Œufs Brouillés au Fromage	1-2-3-4-5-6-8-10-14-
	Epinards Crèmeux au **Lait BIO** du **Crêt Joli**	1-2-3-8-	**Semoule BIO** aux Épices Douces	1-2-3-8-	**Crozets BIO Alpina Savoie**	1-2-3-8-	**Pommes de Terre de Savoie** au Four	1-2-3-8-	**Riz BIO** Safrané	1-2-3-8-
			Légumes BIO à l'Oriental	1-2-3-8-					**Courgettes BIO** Sautées	1-2-3-8-
	La Dent du Chat BIO	1-		--	Fromage de Chèvre d'**Habère Poche**	1-	**Abondance AOP de Pers-Jussy**	1-	**Yaourt Fermier BIO** de **Savoie**	1-
	Ananas, Sirop Basilic	--	Crème Dessert Chocolat au **Lait BIO** du **Crêt Joli**	1-2-3-7-	**Banane BIO**	--	Tarte aux **Pommes BIO Lezfroy**	1-2-3-	à la Confiture de Cerise **Lezsaisons**	