

# MENUS DU RESTAURANT SCOLAIRE DU 2 AU 13 OCTOBRE 2023



Tous les plats sont cuisinés sur place, à la cuisine centrale du Centre de Formation Multimétiers de Reignac, un service de la Communauté de Communes de l'Estuaire.

30% des achats sont BIO, nous travaillons des produits frais et de saison favorisant l'origine locale et régionale.



Chaque semaine, des produits Bio, Label Rouge, Indication Géographique Protégée, pêche durable MSC, sont proposés à vos enfants signalés par les logos



02-oct	03-oct	04-oct	05-oct	06-oct
Rosette Tortellini sauce tomate basilic  Fromage râpé Poire au chocolat	Salade de perles Cuisse de pintade chasseur Haricots plats persillade Fruit	Salade iceberg bleu maïs Dahl de lentilles corail bio Riz pilaf bio Flan pâtissier maison G1	Pizza maison Colin msc sauce chorizo Pommes vapeur bio Fruit	Salade de concombre Saute de veau bio forestier Poêlée de légumes Compote pomme mirabelle bio
09-oct	10-oct	11-oct	12-oct	13-oct
Salade de betterave bio feta et pomme Dos de colin msc sauce duglère Boulgour bio Yaourt bio	Pâté basque Quiche saumon brocolis salade Salade de fruits exotiques	Carotte râpée bio citron Pilon de poulet label rouge cajun Pommes dauphines Fromage blanc G6	Taboulé de quinoa bio Sauté de bœuf aux oignons bio Carottes braisées bio Crêpes au sucre	Croque fromage maison Curry de légumes Riz bio œuf au lait maison

La Cuisine centrale est basée au CFM de Reignac.

Nous produisons du lundi au vendredi toute l'année des repas destinés aux enfants des écoles de Pleine Selve, Val de Livenne, Reignac, Etauliers et Anglade ainsi que pour les apprentis du CFM. Cela représente environ 600 repas/jour. Et le mercredi et lors des vacances scolaires nous fournissons les repas pour l'ALSH la Chrysalide, service de la CCE.

Des repas sains préparés le matin même, c'est ce qu'on appelle la liaison chaude.

Cela permet d'offrir des repas de qualité « faits maison » aux convives et de sauvegarder les qualités gustatives et organoleptiques.

Nous veillons à équilibrer les menus afin que les enfants aient tous les apports nutritionnels nécessaires pour bien grandir. Les cuisiniers travaillent le plus possible avec des produits bios, locaux, frais et de saison : pratiquement pas de plats tous prêts issus de l'agroalimentaire.

Cette authenticité permet de garantir le goût des aliments et de proposer des plats traditionnels moins présents dans nos foyers modernes.



Toutes nos viandes crues sont d'origine Française (sauf contre-indication). En raison de l'utilisation majoritaire de produits frais, le menu est susceptible d'être modifié sans préavis. Une alternative au produit carné pourra être faite sur demande. Les plats sont susceptibles de contenir certains allergènes tels que: des céréales (gluten), crustacés, œufs, poisson, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux, lupin et mollusques.