



Agglomération du Pays de l'Or

Crèches - Menu SEPTEMBRE 2020

Menu des bébés <12 mois :

- 10 à 20 g de viande, poisson ou œuf (cuit sans matière grasse ni sel)
- 200 g de purée (légumes, pommes de terre) ou biberon (90 à 120 ml)
- Ajout juste avant le repas de 5 g d'un mélange de 4 huiles végétales vierges crues
- 80 à 100 g de fruits cuits (compote ou purée)
- Eau à volonté

La texture est adaptée sur place pour chaque enfant selon ses capacités masticatoires.
Plus d'information au sein des EAJE

Fruits de saison : melons, nectarines, pommes, oranges, bananes...

Pour des raisons indépendantes de notre volonté, des changements peuvent intervenir dans la composition des menus.



| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|--|--|---|---|--|
| <p>Fruit de saison : melons, nectarines, pêches, pommes,</p> | <p>1 septembre 2020 Salade tomates féta Saucisse de laureau Pâtes sauce Normande Crumble pomme poire</p> <p>GOÛTER Petit suisse nature Biscuit Fruit de saison</p> | <p>2 septembre 2020 Salade de riz SANS surimi Filet de hoki pané/citron Haricots plats sautés Fromage</p> <p>GOÛTER Faisselle Pain Fruit de saison</p> | <p>3 septembre 2020 Salade verte Omelette à la Portugaise Blé pilaf Petit suisse Nature</p> <p>GOÛTER Fromage à tartiner Pain Fruit de saison</p> | <p>4 septembre 2020 Salade de blé au chèvre Pois chiche au pesto Courgettes sautées</p> <p>Fruit de saison GOÛTER Petit suisse nature Pain Purée de fruits</p> |
| <p>7 septembre 2020 Emincé de radis Seiche à la Palavasienne Pommes de terre vapeur Fromage</p> <p>GOÛTER Yaourt nature Pain Fruit de saison</p> | <p>8 septembre 2020 Salade de concombre Galette boulgour pois chiche à l'orientale Gratin de brocolis Purée de fruits</p> <p>GOÛTER Fromage Pain Fruit de saison</p> | <p>9 septembre 2020 Salade de lentilles et artichauts Sauté de porc à la pomme Riz pilaf Fruit de saison</p> <p>GOÛTER Lait entier Céréales Purée de fruits</p> | <p>10 septembre 2020 Crêpe au fromage Sauté de dinde chasseur Carottes à la crème Fruit de saison</p> <p>GOÛTER Fromage Pain Purée de fruits</p> | <p>11 septembre 2020 Salade de courgettes Colombo d'agneau Semoule Fromage blanc nature</p> <p>GOÛTER Fromage Biscuit Fruit de saison</p> |
| <p>14 septembre 2020 Salade Risetti Mozza Tortilla Ratatouille Fruit de saison</p> <p>GOÛTER Faisselle Pain Purée de fruits</p> | <p>15 septembre 2020 Salade de tomates Paëlla au poulet Fromage</p> <p>GOÛTER Yaourt aromatisé aux fruits Pain Fruit de saison</p> | <p>16 septembre 2020 Taboulé Rôti de bœuf cornichon Haricots vert sautés Yaourt nature</p> <p>GOÛTER Fromage à tartiner Pain Purée de fruits</p> | <p>17 septembre 2020 Avocat vinaigrette Parmentier de poisson Fromage</p> <p>GOÛTER Fromage blanc nature Biscuit Fruit de saison</p> | <p>18 septembre 2020 Salade de haricots rouges, maïs, Thon Gnocchi à la tomate Courgettes au Parmesan Fruit de saison</p> <p>GOÛTER Fromage Pain Purée de fruits</p> |
| <p>21 septembre 2020 Salade de tomates Mozzarella Sauté de veau au citron Pommes de terre vapeur Fromage</p> <p>GOÛTER Yaourt à la vanille Biscuit Purée de fruits</p> | <p>22 septembre 2020 Pâte au roquefort SANS noix Blanquette de poisson Chou fleur persillé Fruit de saison</p> <p>GOÛTER Petit suisse nature Confiture Purée de fruits</p> | <p>23 septembre 2020 Courgettes râpées Purée de lentilles corail gratiné (Plat unique PDT+ Lentilles) Fromage</p> <p>GOÛTER Fromage Pain Fruit de saison</p> | <p>24 septembre 2020 Soupe de légumes Cordon Bleu Petit pois/Carottes Fruit de saison</p> <p>GOÛTER Fromage Pain Purée de fruits</p> | <p>25 septembre 2020 Salade verte Porc au caramel Boullgour aux fèves Petit suisse sucré</p> <p>GOÛTER Fromage à tartiner Pain Fruit de saison</p> |
| <p>28 septembre 2020 Salade de pommes de terre à l'indienne Omelette aux herbes Epinards à la crème Fruit de saison</p> <p>GOÛTER Fromage Pain Purée de fruits</p> | <p>29 septembre 2020 Salade de courgette au citron vert Haricots blancs Basquaise Riz Basmati Yaourt aromatisé aux fruits</p> <p>GOÛTER Fromage Pain Fruit de saison</p> | <p>30 septembre 2020 Salade de perles à l'emmental Jambon blanc Printanière de légumes Fruit de saison</p> <p>GOÛTER Fromage blanc nature Biscuit Purée de fruits</p> | | |



Tous nos menus sont garantis sans OGM par nos fournisseurs conformément à la réglementation.

La liste des allergènes est consultable sur le site : www.paysdelor.fr

Tous nos pains sont issus d'une boulangerie BIO coopérative

UPC T. LUCE - MAUGUIO : FR 34-154.002 CE
C.C. LA GDE MOTTE : FR 34-344.001 CE
C.C. PALAVAS : FR 34-192.007 CE