



Agglomération du Pays de l'Or

Crèches - Menu NOVEMBRE 2020

Fruits de saison : pommes, poires, kiwis, bananes, oranges.

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



Menu des bébés <12 mois :

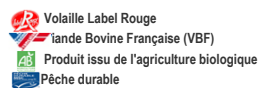
- 10 à 20 g de viande, poisson ou œuf (cuit sans matière grasse ni sel)
- 200 g de purée (légumes, pommes de terre) ou biberon (90 à 120 ml)

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

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
2 novembre 2020 Salade de lentilles Ratatouille Pâtes Yaourt nature GOÛTER Fromage Pain Purée de fruits	3 novembre 2020 Coleslaw Sauté de porc au caramel Riz cantonais (dés de dinde) Fruit au sirop GOÛTER Fromage à tartiner Pain Fruit de saison	4 novembre 2020 Feuilleté au fromage Omelette aux herbes Haricots verts persillés Tarte aux pommes GOÛTER Faisselle Pain Purée de fruits	5 novembre 2020 Potage de légumes Jambon blanc Pommes rosties Fruit de saison GOÛTER Petit suisse nature Biscuit Fruit de saison	6 novembre 2020 Salade verte Poulet Crème de coco ananas Boulgour sans raisin sec Fromage blanc nature GOÛTER Fromage Pain Fruit de saison
9 novembre 2020 Carottes râpées ou potage Rougail de poisson Riz pilaf Fromage GOÛTER Yaourt nature sucré Pain Beurre	10 novembre 2020 Salade verte Cordon bleu Gratin de potiron Eclair au chocolat GOÛTER Fromage Pain Fruit de saison	Férialé		12 novembre 2020 Salade de pommes de terre au gouda Couscous de légumes Semoule Fruit de saison GOÛTER Faisselle Pain Purée de fruits
16 novembre 2020 Taboulé Tortilla de pommes de terre Haricots beurre persillés Fruit de saison GOÛTER Yaourt nature Pain Chocolat	17 novembre 2020 Salade de chou fleur Emincés de dinde forestière Pommes de terre Rôties au herbes Fromage GOÛTER Petit suisse aux fruits Pain Fruit de saison	18 novembre 2020 Salade de pâtes à la Monégasque Rosbeef Carottes persillées Yaourt nature GOÛTER Fromage à tartiner Pain Purée de fruits	19 novembre 2020 Soupe de légumes Pavé de saumon sauce curry coco Pommes vapeur Fromage GOÛTER Fromage blanc nature Biscuit Fruit de saison	20 novembre 2020 Salade de mâche Lentilles moutardées Tortis Fruit de saison GOÛTER Fromage Pain Purée de fruits
23 novembre 2020 Salade de chou blanc Sauté de veau aux olives Purée de carottes Yaourt à la vanille GOÛTER Fromage Pain Fruit de saison	24 novembre 2020 Salade de quinoa fête Dos de colin sauce dielloise Brocolis Fruit de saison GOÛTER Yaourt nature Confiture Biscuit	25 novembre 2020 Soupe de légumes Chili sin carne Riz pilaf Fromage GOÛTER Fromage Pain Fruit de saison	26 novembre 2020 Œufs mimosa Moussaka De bœuf aux légumes/fromage Fromage GOÛTER Fromage Pain Purée de fruits	27 novembre 2020 Carottes râpées ou potage Jambon braisé Purée parmentière Fromage blanc nature GOÛTER Fromage à tartiner Pain Fruit de saison
30 novembre 2020 Salade Piémontaise Filet de merlu sauce au citron Epinards béchamel Fruit de saison GOÛTER Fromage Pain Purée de fruits				



Tous nos menus sont garantis sans OGM par nos fournisseurs conformément à la réglementation.
 Tous nos pains sont issus d'une boulangerie BIO coopérative
 Pour des raisons indépendantes de notre volonté, des changements peuvent intervenir dans la composition des menus.
 La liste des allergènes est consultable sur le site : www.paysdelor.fr

UPC Théo LUCE - MAUGUIO : FR 34.154.002 CE
 C.C. LA GRANDE MOTTE : FR 34.344.001 CE
 C.C. PALAVAS LES FLOTS : FR 34.192.007 CE