



# Agglomération du Pays de l'Or

## Crèches - Menu DECEMBRE 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

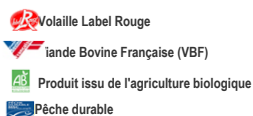
Fruits de saison : pommes, poires, kiwis, bananes, oranges.

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



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p><b>Fruits de saison : pommes, poires, mandarines, clémentine, oranges, bananes...</b></p>	<p>1 décembre 2020                      Soupe de légumes                      Hachis parmentier aux haricots rouges                      Yaourt nature au lait entier  <b>GOÛTER</b>                      Fromage                      Pain                      Fruit de saison</p>	<p>2 décembre 2020                      Salade de pommes de terre au gouda                      Finger de poulet                      Carottes à la crème                      Fruit de saison  <b>GOÛTER</b>                      Fromage blanc nature au lait entier                      Biscuit                      Purée de fruits</p>	<p>3 décembre 2020                      Carottes rapées                      Goulash de bœuf                      Riz                      Fromage  <b>GOÛTER</b>                      Lait entier                      Cacao en poudre                      Fruit de saison</p>	<p>4 décembre 2020                      Taboulé                      Filet de merlu sauce Nantua                      Brocolis                      Fromage  <b>GOÛTER</b>                      Faisselle                      Pain                      Fruit de saison</p>
<p>7 décembre 2020                      Soupe de légumes                      Pois chiche curry coco                      Semoule                      Fromage  <b>GOÛTER</b>                      Yaourt nature au lait entier                      Biscuit                      Fruit de saison</p>	<p>8 décembre 2020                      Salade de pépinettes                      Daube de taureau au balsamique                      Choux fleur gratiné                      Fruit de saison  <b>GOÛTER</b>                      Fromage à tartiner                      Pain                      Purée de fruits</p>	<p>9 décembre 2020                      Salade coleslaw                      Dos de cabillaud sauce meunière                      Riz pilaf                      Petit suisse nature au lait entier  <b>GOÛTER</b>                      Fromage                      Pain de mie                      Fruit de saison</p>	<p>10 décembre 2020                      Avocat maïs                      Emincé de poulet forestière                      Haricots verts sautés                      Fromage  <b>GOÛTER</b>                      Fromage blanc nature au lait entier                      Pain                      Chocolat</p>	<p>11 décembre 2020                      Radis beurre                      Omelette sauce aux herbes                      Gratin de pâtes                      Fruit de saison  <b>GOÛTER</b>                      Fromage                      Pain                      Purée de fruits</p>
<p>14 décembre 2020                      Salade de pommes de terre au thon                      Filet de hoki pané                      Choux fleur gratiné                      Fruit de saison  <b>GOÛTER</b>                      Fromage à tartiner                      Pain                      Purée de fruits</p>	<p>15 décembre 2020                      Carottes rapées et pois chiche                      Sauté de porc à l'ananas                      Semoule                      Yaourt nature au lait entier  <b>GOÛTER</b>                      Fromage                      Pain                      Fruit de saison</p>	<p>16 décembre 2020                      Salade de lentilles à la fête                      Spaghettis                      Bolognaise de brunoise de légumes                      Fromage  <b>GOÛTER</b>                      Faisselle                      Pain                      Purée de fruits</p>	<p>17 décembre 2020                      Salade coleslaw                      Steak haché sœe aux herbes                      Purée de potimarron                      Fromage  <b>GOÛTER</b>                      Petit suisse nature au lait entier                      Céréales                      Fruit de saison</p>	<p>18 décembre 2020                      Pâté Richelieu                      Sot l'y laisse de dinde sauce champignons                      Pommes Rostis                      Fromage                      Pâtisserie de Noël  <b>GOÛTER</b>                      Lait entier                      Biscuit                      Fruit de saison</p>
<p>21 décembre 2020                      Salade d'endives                      Blanquette de poulet                      Riz jaunes aux poivrons                      Fromage blanc nature au lait entier  <b>GOÛTER</b>                      Fromage                      Pain                      Fruit de saison</p>	<p>22 décembre 2020                      Salade quinoa fête                      Sauté de veau aux olives                      Brocolis sautés                      Fruit de saison  <b>GOÛTER</b>                      Yaourt nature au lait entier                      Pain                      Purée de fruits</p>	<p>23 décembre 2020                      Salade de mâche                      Maccaronis carbonara de dinde                      Fromage  <b>GOÛTER</b>                      Petit suisse nature au lait entier                      Confiture                      Fruit de saison</p>	<p>24 décembre 2020                      Salade pommes de terre/Gouda                      Galette de pois chiche                      Haricots verts sautés                      Pâtisserie de Noël  <b>GOÛTER</b>                      Fromage                      Biscuit                      Purée de fruits</p>	<p>25 décembre 2020  </p>
28 décembre 2020	29 décembre 2020	30 décembre 2020	31 décembre 2020	

# CRECHES FERMEES



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

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

Tous nos pains sont issus d'une boulangerie BIO coopérative

La liste des allergènes est consultable sur le site : [www.paysdelor.fr](http://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