

En Mars, quelques fruits et légumes de saison...



L'orange sanguine



Le chou frisé



La datte



L'endive



L'ananas



La pomme de terre



La papaye



La carotte

Menu Mars

2020



RESTAURANT SCOLAIRE

LUNDI 2	MARDI 3	JEUDI 5	VENDREDI 6
Repas végétarien	Repas carnaval		
Céleri rémoulade Galette épinards haricots lingots Petit suisse aux fruits	 Ficelle picarde, salade de batavia sauce vinaigrette (jambon, comté, champignons) Merveilles traditionnelles Clémentines	Pâté de campagne, cornichons Emincés de bœuf au curry Mélange de légumes paysans Camembert Pomme Red gala	Potage cultivateur (carottes, poireau, pomme de terre) Filet de hoki pané Riz pilaf Brie Kiwi
Céleri, œuf, avachide, moutarde	Avachide, moutarde	Sulfites, fruits à coques	Poisson et dérivés, sulfites
LUNDI 9	MARDI 10	JEUDI 12	VENDREDI 13
		Repas végétarien	
Soupe de légumes maison Rôti de porc dans le filet Petits pois carottes Camembert Orange	Fartiflette maison Salade de feuilles de chêne sauce vinaigrette Clémentines	Salade de carottes râpées sauce citron Galette forestière (champignons, sauce mouney) Brocolis à la crème Compote pomme raisins	Salade d'endives aux pommes et dès d'emmental Gratin du pêcheur (colin, pomme de terre) Liégeois caramel
Sulfites	Moutarde, sulfites	Œuf, moutarde, sulfites	Sulfites, poisson, œuf, soja, fruits à coques
LUNDI 16	MARDI 17	JEUDI 19	VENDREDI 20
	Repas végétarien		
Salade printanière (roquette, pois gourmand, betteraves crues, feta) Sauté d'agneau Gratin dauphinois Tranche napolitaine	Œuf mayonnaise Riz aux lentilles et quinoa - Pom Rôsti aux légumes Tomme noire Pomme Red Chief	Laitue aux croûtons et lardons et dès de mimolette Roslif Carottes sautées Flan pâtissier	Friand au fromage Filet de merlan Haricots plats à l'huile d'olive Gouda Poire
Moutarde, œuf, avachide, soja, fruits à coques	Sulfites, œuf	Moutarde, œuf, soja, fruits à coques	Poisson, sulfites
LUNDI 23	MARDI 24	JEUDI 26	VENDREDI 27
Repas végétarien			
Salade aztèque (quinoa, carotte) Galette Haricots rouges et pois Riz tomate Cheddar Ananas frais	Radis beurre Sauté de veau Jardinière de légumes (carottes, petits pois, pomme de terre) Ile flottante, crème anglaise et biscuit	Salade Betty (betterave, maïs) Jambon Purée de pommes de terre Vache-qui-rit Pomme Golden	Mesclun sauce vinaigrette Filet de cabillaud à l'huile d'olive Petits pois Crème dessert caramel
Sulfites, soja	Œuf, soja	Moutarde, sulfites	Poisson, sulfites, œuf, fruits à coques, soja
LUNDI 30	MARDI 31		
Duo de chou (rouge et blanc) à la sauce mayonnaise Boulette de bœuf Pâtes papillons sauce napolitaine Yaourt à boire	Pâté de foie, cornichons Poulet rôti Salsifis et haricots verts Saint-Nectaire Mandarine, Mini gaufre		
Moutarde, œuf, sulfites, avachide	Sulfites, fruits à coques, soja, œuf		

Amandine LEDIG (cantinière) et Serge FARRUGIA (nutritionniste diététicien)



Notes

Les menus peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements.

Allergènes présents à tous les repas : pain=gluten Produits laitiers = lait

Certaines répétitions dans le menu sont volontaires et permettent de profiter au maximum des produits de saison.

COMMUNE DE SAINT CHRISTOL

RESTAURANT SCOLAIRE



Menu Mars

2020



LE MOT DU NUTRITIONNISTE

Les PAJ "les-projets-alimentaires-territoriaux":



Les actions répondant aux objectifs du programme national, pour l'alimentation, et aux objectifs des plans régionaux de l'agriculture durable, peuvent prendre la forme de projets alimentaires territoriaux. Ces derniers visent à rapprocher les producteurs, les transformateurs, les distributeurs, les collectivités territoriales et les consommateurs et à développer l'agriculture sur les territoires ainsi que la qualité de l'alimentation.

Ces projets alimentaires territoriaux sont élaborés de manière concertée avec l'ensemble des acteurs d'un territoire et répondent à l'objectif de structuration de l'économie agricole et de mise en œuvre d'un système alimentaire territorial. Ils participent à la consolidation de filières territorialisées et au développement de la consommation de produits issus de circuits courts, en particulier relevant de la production biologique.

Le PAJ en région Provence-Alpes-Côte d'Azur (PACA)

Pour la région PACA, le PAJ est animé par la DRAAF, l'ADEME, le Réseau rural Sud-Provence-Alpes-Côte d'Azur, la Région Sud-Provence-Alpes-Côte d'Azur et la Chambre Régionale d'Agriculture. Encore au stade de la concertation à l'heure où nous écrivons, les partenaires du réseau régional des PAJ incitent au rapprochement avec les porteurs de projets.

Au mois prochain.