

# Menu

du lundi 26 au vendredi 30 décembre 2022

## Lundi

Salade verte vinaigrette

Filet de hoki sauce basquaise  
(tomates, poivrons rouges et verts, oignons, ail)

Boulgour bio

Yaourt nature bio

Biscuits fourrés chocolat  
Fruit de saison



## Mardi

Taboulé aux herbes fraîches  
(semoule bio)

Aiguillettes de poulet panées

Chou-fleur bio persillé

Fromage à tartiner Croc' lait

Clémentines bio

Pain au lait  
Purée de pomme



Pense à apporter chaque jour ta gourde d'eau et  
à boire de l'eau tout au long de la journée



## Menu végétarien

## Mercredi

Potage de légumes du jour

Quinoa bio à la mexicaine  
(tomates, haricots rouges, lentilles corail,  
maïs, paprika, ail, cumin)

Saint Paulin

Kiwi

Gaufre  
Fruit de saison



## Judi

Carottes râpées bio vinaigrette

Steak haché de bœuf bio et son jus

Haricots verts persillés

Yaourt vanille bio

Moelleux au fromage blanc

Pain bio  
Confiture  
Banane bio



### Pain bio produit localement

(atelier dans le 91 ; une partie de la farine provient de blés cultivés en IDF)

Ces menus et goûters sont susceptibles de modifications en fonction des arrivages, des cours ou de tout imprévu.



Toutes nos viandes sont nées, élevées et abattues en France, à l'exception du veau (France ou né en Allemagne, élevé et abattu en Hollande) et de l'agneau (Irlande/N.-Zélande)

Produit issu de l'Agriculture Biologique



Label Rouge



Volaille de qualité certifiée



Poisson issu d'une pêche durable certifiée



Appellation d'Origine Protégée ou Indication Géographique Protégée



Fruits, légumes et laitages subventionnés dans le cadre du programme d'aide de l'UE à destination des écoles

## Vendredi

Potage de courgette et vache qui rit

Blanquette de la mer  
(cubes de poisson, oignons, poireaux, champignons et crème)

Pommes de terre vapeur

Pomme bio

Couque pomme  
Petit suisse nature



La liste des allergènes présents dans les menus est disponible sur le site internet de la CDE13 (<https://caissedesecolesparis13.fr>) et dans chaque réfectoire.

Conformément au règlement CE n°1169/2011, les menus peuvent contenir les 14 substances ou produits provoquant des allergies ou intolérances : céréales contenant du gluten, crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10 mg/kg ou 10 mg/l, lupin, mollusques.