ATELIER ROCHOIS - Allergènes

Ces Menus sont validés par Marion MOLLARD notre Diététicienne, ils peuvent êtres modifiés en fonction des opportunités de la Saison
Ils sont réalisés conformément au Décret n° 2011-1227 du 30 septembre 2011 relatif à la qualité nutritionnelle des repas servis dans le cadre de la restauration scolaire

MENUS DU MOIS DE JANVIER 2021

Liste Allergènes
Lait 1
Gluten 2
Œuf 3
Poisson 4
Crustacé 5
Mollusque 6
Soja 7
Céleri 8
Arachide 9
Moutarde 10
Fruitcoque 11
Sésame 12
Lupin 13
Sulfites 14

Semaine	lundi 4 janv. Rentrée Scolaire	Allergène	mardi 5 janv.	Allergène	mercredi 6 janv.	Allergène	jeudi 7 janv. Epiphanie	Allergène	vendredi 8 janv.	Allergène
1	**Dés de Betteraves BIO** en Vinaigrette	1-3-10-14-	Potage Dubarry **Lezsaisons**	1-8-	Salade de **Pépinettes BIO** Tex Mex	1-2-3-8-10-14-	**Haricots Verts BIO**, Vinaigrette **Leztroy**	1-3-10-14-	Œuf dur Mayonnaise	1-2-3-10-14-
	Raviolis BIO de **Royans**	1-2-3-8-	Emincé de Poulet **Français** Yassa	2-8-10-14-	Escalope de Porc de **Région** à la Moutarde	1-2-8-10-14-	Rôti de Bœuf **Français** et Jus Brun	2-8-14-	Dos de Cabillaud sauce Crème	1-2-4-5-6-14-
			Quenelles du Royans à la Tomate	1-2-3-8-	Cake au Thon	1-2-3-4-5-6-	Œufs Brouillés au Fromage	1-3-		
	aux Légumes du Soleil	--	Riz Basmati	1-8-	Purée de **Brocolis BIO**	1-	**Polenta BIO** Tradition	1-	Petits Pois & **Carottes BIO** Etuvés	1-
							Butternut de Savoie Rôti	1-		
			Comté AOP BIO	1-	Brie	1-			**Tome AOP** des **Bauges**	1-
	Yaourt aux Fruits BIO de **Minzier**	1-	Clémentines	--	**Purée Pommes & Framboises BIO Lezsaisons**	--	Galette des Rois	1-2-3-9-11-	**Kiwi BIO** de la **Vallée du Rhône**	--
	lundi 11 janv.	**Allergène**	**mardi 12 janv.**	**Allergène**	**mercredi 13 janv.**	**Allergène**	**jeudi 14 janv.**	**Allergène**	**vendredi 15 janv.**	**Allergène**
2	Potage façon St Germain	1-8-	**Céleris BIO** en Rémoulade	1-3-8-10-14-	Pâté en Croûte & Cornichon	1-2-3-9-14-	**Carottes & Panais BIO** Râpés en Vinaigrette	1-3-10-14-	Salade Verte, Douce Vinaigrette	1-3-10-14-
					Terrine de Légumes	1-2-3-				
	Plein Filet de Colin d'Alaska Pané & Citron	2-4-	Tajine de **Veau BIO** façon Marocaine	2-8-	Colombo d'Aiguillettes de Poulet **Français**	1-2-	**Quenelles nature BIO** du **Royans** Coulis Provençal	1-2-3-8-	La Croziflette **LEZTROY**	1-2-14-
			Plat végétarien sans protéine	--	Merlu sauce Crème	1-2-4-5-6-14-			Croziflette sans viande	1-2-
	Chou Fleur Béchamel au **Lait BIO**	1-2-	**Semoule BIO** Mode Berbère	2-	**PDT BIO** Grenailles	--	**Riz BIO** cuisson Pilaf	1-8-	aux **Crozets BIO Alpina Savoie**	
			et ses **Légumes BIO** à l'Orientale	2-8-					et Reblochon AOP	
	Fromage **Français** Râpé pour la Soupe	1-	Camembert	1-	Bûche de Chèvre	1-	**Fromage Blanc BIO** de **Minzier**			
	Cake au Chocolat	1-2-3-7-	Quartiers d'**Orange BIO**	--	**Banane BIO**	--	à la **Confiture de Mirabelles Lezsaisons**	1-	Compote Pomme Pêche **Lezsaisons**	--
	lundi 18 janv.	**Allergène**	**mardi 19 janv.**	**Allergène**	**mercredi 20 janv.**	**Allergène**	**jeudi 21 janv.**	**Allergène**	**vendredi 22 janv.**	**Allergène**
3	Salade de **Lentilles Vertes BIO**	1-3-10-14-	Coleslaw aux Raisins Secs, **Chou & Carotte BIO**	1-3-10-14-	**Betteraves BIO** & Maïs	1-3-10-14-	Velouté de **Légumes BIO**, Croûtons	2-	Salade Verte, Vinaigrette **Leztroy**	1-3-10-14-
	Sauté de Porc de **Région** à l'échalote	1-2-8-	**Pois Chiches BIO** et **Butternut de Savoie** en sauce Tomate	1-8-	Sauté de Canard **Français** aux Champignons	2-8-	Bourguignon de **Bœuf BIO Savoyard**	2-8-14-	Merlu en Court-Mouillement	1-2-4-5-6-14-
	Cake au Fromage	1-2-3-10-14-			Poisson pané	2-4-	Œufs Brouillés au Fromage	1-3-		
	Epinards à la Crème	1-2-	**Riz BIO** au Beurre	1-8-	Farfalles au Beurre	1-2-	**Pommes de Terre de Savoie** au Four	--	**Blé BIO** au Beurre	1-2-
					Navets Boules d'Or BIO Poêlés	1-			**Blettes BIO** Etuvées	1-2-
	La Dent du Chat BIO	1-	**Beaufort AOP**	1-			Tomme **Rochoise**	1-		
	Salade Mangue Ananas	--	Crème Dessert Chocolat au **Lait BIO** de **Minzier**	1-2-7-	**Yaourt Nature Sucré BIO de Minzier**	1-	Clémentines	--	Crumble aux **Pommes BIO de Cercier**	1-2-3-
	lundi 25 janv.	**Allergène**	**mardi 26 janv.**	**Allergène**	**mercredi 27 janv.**	**Allergène**	**jeudi 28 janv.**	**Allergène**	**vendredi 29 janv.**	**Allergène**
4	Crème de **Potimarron de Savoie**, Croûtons	1-2-	Fraîcheur de **Céleri & Carottes des Pays de Savoie**	1-3-8-10-14-	Salade Verte, Douce Vinaigrette	1-3-10-14-	**Chou Chinois BIO** sauce Cocktail	1-3-10-14-	**Pommes de Terre BIO** en Parmentière	1-3-10-14-
	Diot **Rochois**	14-	Haut de Cuisse de Poulet **Français** Rôti aux Herbes	--	Eglefin sauce Aurore	1-2-8-	Lasagnes Fraîches de **Haute-Savoie**	1-2-3-8-	**Œufs BIO** Brouillés aux Champignons	1-3-
	Plat végétarien sans protéine	--	Quenelles du Royans en Béchamel	1-2-3-			Lasagnes de Légumes	1-2-3-8-		
	Polenta BIO Tradition	1-	**Boulgour BIO** Gonflé	1-2-	**Riz BIO** au Quinoa	1-8-	au Bœuf **Charolais**	--	Poêlée d' **Haricots Verts BIO**	1-
	Gratin de Chou-Fleur	1-2-	Fondue de **Poireaux BIO**	1-2-						
	Raclette	1-	**Yaourt Fermier BIO** de **Savoie**		Petit Suisse Sucré	1-	**Pomme BIO** de **Cercier** cuite au four		**Abondance AOP des Pays de Savoie**	1-
	Quartiers d'Orange	--	à la **Crème de Marron BIO AOP d'Ardèche**	1-	Biscuit Pain de Gênes	1-2-3-9-	et Pointe de **Confiture d'Abricot Lezsaisons**	--	**Banane BIO**	--