



MAIRIE DE CHORGES – SERVICE RESTAURATION

Du 26 avril au 21 mai 2021

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Semaine du 26 au 30 avril	 Carottes et betteraves râpées persillées Rôti de porc au jus Semoule de blé Kiri Purée de fruits 	Mousse de canard et comichon Croziflette Yaourt Banane 	Taboulé Escalope de veau panée Gratin de chou-fleur Fol épi Poire 	Menu végétarien : Soupe de fèves Lasagnes épinards mozzarella Yaourt bi-couche fermier 	Concombres au fromage blanc fermier et champignons Fish & chip de colin Carottes au curry persillées Glace
Semaine du 03 au 07 mai	 Pois chiches feta et coriandre fraîche Jambon roulé Purée de pommes de terre Fromage fermier Fraises 	Salade verte vinaigrette Gratin de noix de Saint-Jacques Riz rouge Vache qui rit Crumble pomme 	Menu végétarien : Salade de pâtes et crudités Steak de lentilles Haricots verts sautés Faisselle fermière au miel Cocktail de fruits 	Feuilleté Tajine de veau aux fruits secs et ses légumes Emmental Quartiers d'orange 	Salade de crudités Dorade à la provençale Pommes de terre sautées Tartare ail et fines herbes Purée de fruits
Semaine du 10 au 12 mai	 Céleri remoulade aux noix Agneau colombo Semoule de blé Yaourt Pomme 	Pizza Saumon sauce à l'oseille Carottes persillées Comté Banane 	Menu exotique: Salade avocat et petits lardons Poulet coco et ses bananes plantains rissolées Yaourt Bounty		
Semaine du 17 au 21 mai	 Mâche et betteraves vinaigrette Blanquette de veau Riz Yaourt fermier Macaron 	Menu végétarien : Haricots verts en salade Omelette aux herbes Purée de patate douce Tomme du Champsaur Poire 	 Salade de crudités Potatoburger maison Brie Fraises 	Chou et ananas vinaigrette Fideua (paëlla avec des pâtes pescadines) Fromage blanc Moelleux choco coco	Tomates persillées Gratin de salsifis au saumon Bûche chèvre Purée de fruit



Produit issu de l'agriculture biologique



Produit dans le 05 ou 04.

100% de bœuf né, élevé et abattu en France

Présence d'allergènes possible. Un dispositif PAI est prévu par l'école et la Mairie.
Merci de nous contacter au 04 92 51 50 02.



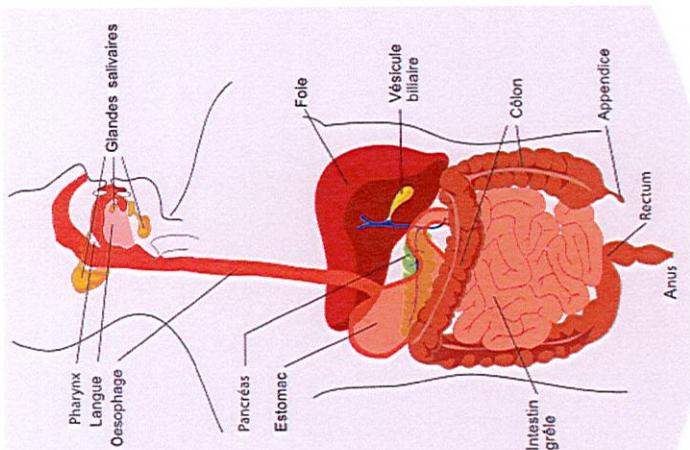
ZOOM SUR...

La digestion

La digestion assure la transformation des aliments en nutriments assimilables par l'organisme. Ce phénomène sollicite de nombreux organes et consomme lui-même de l'énergie.

La digestion en étapes

- La bouche transforme les aliments en un bol alimentaire grâce à l'action des dents, de la langue et des glandes salivaires.
- L'œsophage permet le passage du bol alimentaire vers l'estomac.
- L'estomac sécrète du suc gastrique qui fragmente le bol alimentaire en protéines, lipides, glucides, vitamines et minéraux. Arrivés dans l'intestin grêle, ces nutriments passent à travers les cellules de la paroi et rejoignent les vaisseaux sanguins.
- Le sang amène alors ces éléments nutritifs vers les organes et les muscles pour les nourrir et les maintenir en bonne santé.
- Le gros intestin (ou « colon ») permet l'absorption de l'eau contenue initialement dans les aliments et évacue les déchets.



Bulletin de la restauration scolaire

Nettoyage et rangement de printemps...

Comment organiser son frigo ?

