

MENUS RESTAURANTS SCOLAIRES MUNICIPAUX

JUIN 2024

Maternelles

LUNDI

MARDI

JEUDI

VENREDI

Semaine du 03/06 au 07/06

Semaine du 10/06 au 14/06

Semaine du 17/06 au 21/06

Semaine du 24/06 au 28/06

Semaine du 01/07 au 05/07

| | | | |
|---|--|---|---|
| <p>Concombre vinaigrette 😊</p> <p>Poisson MSC sauce estragon</p> <p>Carottes Bio persillées</p> <p>Tapioca à la vanille du chef</p> <p>Pain Bio - confiture de fraises / Banane RUP</p> | <p>Spaghetti bolognaise</p> <p>-</p> <p>Gouda</p> <p>Pastèque</p> <p>Pain Bio - chocolat au lait / Abricots</p> | <p>Œufs durs Bio mayonnaise</p> <p>Salade de Quinoa (radis Bio, carottes Bio, courgette, raisin sec)</p> <p>Port Salut</p> <p>Abricots</p> <p>Pain Bio - gelée de groseilles / Pomme Bio</p> | <p>Melon</p> <p>Poulet LR sauce crème</p> <p>Potatoes</p> <p>Tartelette aux fraises</p> <p>Pain Bio - chocolat noir / Banane RUP</p> |
| <p>Tomate mozarella</p> <p>Paëlla de poisson</p> <p>-</p> <p>Cube de poires au sirop</p> <p>Pain Bio - chocolat au lait / Pomme Bio</p> | <p>Cake aux légumes et fromage</p> <p>Salade de haricots beurre et pommes de terre Bio</p> <p>Faisselle</p> <p>Melon</p> <p>Pain Bio - gelée de groseilles / Banane RUP</p> | <p>Salade grecque (tomate, concombre, olive, Fêta AOP)</p> <p>Lentilles vertes Bio aux petits légumes</p> <p>Semoule Bio</p> <p>Crème dessert à la vanille</p> <p>Pain Bio - chocolat noir / Abricots</p> | <p>Pizza au chèvre du chef</p> <p>Sauté de veau Bio marengo</p> <p>Courgettes à l'ail</p> <p>Cerises 😊</p> <p>Pain Bio - confiture de prunes / Pomme Bio</p> |
| <p>Pavé de saumon sauce oseille</p> <p>Haricots verts Bio</p> <p>Mimolette Bio</p> <p>Abricots 😊</p> <p>Pain Bio - confiture d'abricots / Banane RUP</p> | <p>Tomate vinaigrette à l'échalotte</p> <p>Poulet LR rôti au thym</p> <p>Blé pilaf</p> <p>Crème dessert au caramel</p> <p>Pain Bio - chocolat noir / Abricots</p> | <p>Concombre à la crème</p> <p>Pilaf de céréales aux légumes de saison (courgette, poivron, aubergine) et fromage</p> <p>-</p> <p>Petits suisse</p> <p>Pain Bio - gelée de groseilles / Pomme Bio</p> | <p>Jambonneau froid</p> <p>Piémontaise aux œufs durs Bio</p> <p>Gouda Bio</p> <p>Pastèque</p> <p>Pain Bio - chocolat au lait / Banane RUP</p> |
| <p>Salade de riz Bio au thon</p> <p>-</p> <p>Vache qui rit</p> <p>Nectarine</p> <p>Cake citron du chef</p> | <p>Salade verte aux dés d'emmental</p> <p>Omelette Bio nature</p> <p>Carottes Bio aux herbes</p> <p>Riz au lait fermier</p> <p>Pain Bio - confiture de prunes / Banane RUP</p> | <p>Couscous de légumes</p> <p>Semoule Bio 😊</p> <p>Camembert laiterie Verneuil</p> <p>Fraises</p> <p>Pain Bio - chocolat noir / Banane RUP</p> | <p>Concombre en vinaigrette</p> <p>Epaule d'agneau au romarin</p> <p>Petits pois Bio</p> <p>Clafoutis aux abricots du chef</p> <p>Pain Bio - confiture de fraises / Pomme Bio</p> |
| <p>Râpé de carottes Bio et radis Bio</p> <p>Poisson MSC façon meunière / citron</p> <p>Epinards Bio à la crème</p> <p>Semoule au lait au caramel fermière</p> <p>Pain Bio - confiture d'abricots / Banane RUP</p> | <p>Tomates farcies (s/porc)</p> <p>Riz Bio créole</p> <p>Coulommiers</p> <p>Abricots</p> <p>Pain Bio - chocolat au lait / Pomme Bio</p> | <p>Melon</p> <p>Salade de pâtes Bio aux œufs durs Bio, tomate, concombre</p> <p>-</p> <p>Yaourt nature 😊</p> <p>Pain Bio - gelée de groseilles / Abricots</p> | <p>Poulet rôti LR froid, sauce ketchup</p> <p>Chips</p> <p>Emmental Bio</p> <p>Pêche</p> <p>Pain Bio - chocolat noir / Banane RUP</p> |



Le pain proposé au menu et au goûter est produit localement et issu de l'Agriculture Biologique.



Ces menus peuvent être modifiés en fonction des approvisionnements. Les pâtisseries et entrées chaudes "du chef" sont élaborées à partir de farines bio locales. Vous pouvez consulter les menus sur le site Internet de la Ville de Tours.



Les produits locaux



Les plats "chouchou" des enfants



Les produits BIO



Aide UE à destination des écoles

Menu végétarien

INFORMATIONS

« Le 7 juin sera proposé le menu élaboré par les enfants de la classe de CE2/CM1 de l'école élémentaire Rimbaud, en collaboration avec une diététicienne et un chef de la cuisine centrale après deux séances de travail sous forme d'atelier, où les notions de repas équilibré, saisonnalité et menu végétarien ont été abordées. »



INFORMATIONS SIQO ET MENTIONS VALORISANTES

AOP : Appellation d'Origine Protégée,
AOC : Appellation d'Origine Contrôlée,
IGP : Indication Géographique Protégée,
RUP : Région Ultra Périphérique,
STG : Spécialité Traditionnelle Garantie,
MSC : Pêche Durable

ALLERGÈNES

Les plats fabriqués par la cuisine centrale de la Ville de Tours peuvent contenir les allergènes suivants : céréales (gluten), lupin, sésame, oeuf, crustacés, poissons, mollusques, fruits à coque, arachide, soja, lait, céleri, moutarde, anhydride sulfureux ou sulfites (>10mg/kg).

MA CANTINE S'ENGAGE



- 2021** →
- o Lancement de l'alternative végétarienne dans plusieurs écoles
 - o Adoption de la stratégie alimentaire de la Ville
 - o Parcours pédagogique dans le cadre de la Semaine du goût dans les écoles
 - o Lancement de la procédure d'inscription et réservation pour la cantine
 - o Comité restauration nouvelle formule
- 2022** →
- o Alternative végétarienne quotidienne
 - o Tarification sociale
 - o Formation des chefs à la cuisine végétarienne
 - + 50% de produits de qualité
 - > 20% de produits BIO
 - + Engagement pour les produits de saison
- 2023** →
- o Études de conception de la nouvelle cuisine centrale
 - o Attribution de nouveaux marchés de denrées promouvant le bio et les produits sous signe de qualité locaux
- 2024** →
- o Travaux de la nouvelle Cuisine Centrale
 - o Phase de test pour la suppression des contenants aluminium de réchauffe et de service
 - o 60 % des achats de viandes et de poisson durables et de qualité
- 2025** →
- o Ouverture de la nouvelle Cuisine Centrale
 - > Parcours pédagogique
 - > Légumerie
 - > Zéro déchets (contenants réutilisables)
 - o Objectif 100 % de légumes, céréales et fruits non exotiques bio

LA RECETTE DU CHEF



TOMATE FARCIE

- Pour 4 personnes
- Temps total : 1h30
- Préparation : 45min
- Cuisson : 45min

INGRÉDIENTS

- Tomates à farcir (4) + 1 échalote + 1 gousse d'ail
- 100g de bœuf haché
- 200g de chair de veau
- 10g de beurre + 1 Càs de crème fraîche + 1 œuf
- 3 Càs d'huile d'olive
- Sel, poivre, origan et persil

PRÉPARATION

- 1 - Découper le dessus des tomates (réserver les chapeaux). Les évider délicatement tout en conservant la pulpe enlevée. Saler le fond et les retourner sur une assiette pour qu'elles rendent leur eau.
- 2 - Eplucher l'ail et l'échalote. Hacher l'ail et émincer finement l'échalote. Bien égoutter la pulpe des tomates et la couper en petits morceaux.
- 3 - Préchauffer le four à 210°C (th7). Faire dorer l'échalote et l'ail dans le beurre et 1 Càs d'huile d'olive. Ajouter la pulpe des tomates, le persil et l'origan. Saler et poivrer. Laisser mijoter à feu doux jusqu'à ce que le maximum de liquide s'évapore.
- 4 - Pendant ce temps, mélanger le bœuf et le veau hachés. Ajouter le mélange ail/échalote/tomates et bien malaxer l'ensemble. Incorporer l'œuf entier et la crème. Bien mélanger, rectifier l'assaisonnement si nécessaire.
- 5 - Mettre cette farce dans les tomates et les disposer dans un plat à gratin. Couvrir les tomates de leur chapeau. Les arroser avec 2 Càs d'huile d'olive puis les saupoudrer de chapelure. Enfourner pour environ 45min (au besoin couvrir d'une feuille d'aluminium pour finir la cuisson). Déguster bien chaud avec du riz ou une salade

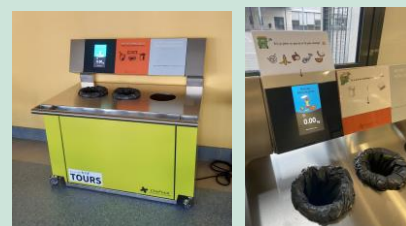
FOCUS

Deux nouvelles tables de tri connectées ont été mises en place début mai dans les écoles élémentaires Michelet et Racault.

Ces tables de tri sont équipées d'un système de pesée intégrée pour les biodéchets.

Objectifs : réduction du gaspillage alimentaire, tri des déchets au cours du repas puis collecte hebdomadaire des biodéchets par Les Vers de Tours.

Les déchets organiques sont ensuite compostés après une phase d'hygiénisation, cela permet de les valoriser.



FRUITS & LÉGUMES DE SAISON

JUIN

- | | | |
|---------------------------------|----------------------------------|---|
| • Abricot | • Concombre | • Pêche et Nectarine |
| • Artichaut | • Courgette | • Petits pois |
| • Asperge | • Fraise | • Petits fruits rouges (framboise, myrtille, groseille) |
| • Aubergine | • Haricot vert et haricot beurre | • Poivron et piment |
| • Cerise | • Melon | • Radis |
| • Chicorées (scarole et frisée) | • Noisette | • Tomate |

- Si votre enfant présente un trouble de santé, une intolérance ou une allergie alimentaire nécessitant un aménagement du repas, à la demande de la famille, un P.A.I. (Projet d'Accueil Individualisé) doit être établi entre le directeur de l'école, la Ville et le médecin scolaire. Ce document définira précisément les modalités d'accueil de l'enfant et permettra au personnel de restauration d'en assurer la bonne application. Cela permet à toutes les personnes qui accueillent votre enfant de connaître les prescriptions et les mesures à prendre en cas de problème. Pour plus de précision, contactez le directeur de l'école.