



menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 6 au 10 novembre 2023

Ici vos menus



mis à jour quotidiennement



Faites le plein d'agrumes !

Mardi, les enfants vont se régaler avec un **pamplemousse**. De la famille des **agrumes**, les pamplemousses, tout comme **les oranges, les citrons et les mandarines**, sont des trésors de bienfaits pour notre corps et notre santé. Tout d'abord, les agrumes sont **riches en vitamine C, un puissant antioxydant** dont la consommation régulière **renforce le système immunitaire**. Ils sont également une excellente **source de fibres alimentaires**, ce qui les rend **bénéfiques pour la digestion**. Les agrumes contiennent également des composés appelés **flavonoïdes**, qui ont des **propriétés anti-inflammatoires et antioxydantes**. D'un goût délicieux, crus, en salade, mixés etc., ils s'intègrent facilement dans une alimentation équilibrée.



Le pamplemoussier est originaire d'Asie du Sud-Est

Lundi 6

Mardi 7

Mercredi 8

Jeudi 9

Vendredi 10

Elémentaires

Pamplemousse
Omelette
Flageolets sauce provençale
Fromage blanc **

Salade de lentilles
Filet de lieu sauce curry
Haricots verts à l'ail
Yaourt aux fruits
Fruit **

Potage parisien
Blanquette de dinde
Blanquette de poisson
Riz
St Môret
Fruit

Bœuf à la forestière
Pané de blé aux épinards
Pommes vapeur à l'ail ~ carottes
Comté **
Fruit **

Tomate **
Coquillettes
Sauce aux 3 fromages
Vache qui rit **
Mousse au chocolat

Maternelles

Pamplemousse
Omelette
Flageolets sauce provençale
Fromage blanc **

Salade de lentilles
Filet de lieu sauce curry
Haricots verts à l'ail
Yaourt aux fruits
Fruit **

Potage parisien
Blanquette de poisson
Riz
St Môret
Fruit

Bœuf à la forestière
Pommes vapeur à l'ail ~ carottes
Comté **
Fruit **

Tomate **
Coquillettes
Sauce aux 3 fromages
Vache qui rit **
Mousse au chocolat

Goûter : baguette, chocolat, fruit

Goûter : Prince, jus, lait

Goûter : pain de mie, confiture, jus

Goûter : cake pépites de chocolat, banane

Goûter : baguette, beurre, lait chocolaté

Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique

Plat maison conçu et mitonné au Syrec

Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

Produit ou ingrédient AOP ou IGP

Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

Viande Label Rouge française

Produit Fermier

Issu du commerce équitable



La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

? Détail des plats composés :

Potage parisien : poireau, pommes de terre

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles

Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires



Bonne nouvelle ! Nouvelle recette végétarienne !

Lundi, les enfants découvriront **une délicieuse nouveauté** : des **gnocchis à la crème d'automne**. Cette nouvelle recette allie des **lentilles corail riches en protéines** à la douceur du **butternut** et de la **patate douce**. Pour la gourmandise, nous y ajoutons **une généreuse portion de fromage frais**. En plus d'être un délice gustatif, cette recette végétarienne incarne un choix sain et respectueux de l'environnement. En privilégiant les aliments d'origine végétale, nous contribuons à **réduire notre empreinte carbone** et à **promouvoir un mode de vie durable**, tout en prenant soin de la santé de nos convives. En effet, une alimentation végétarienne équilibrée permet notamment une meilleure gestion du poids et une réduction des risques face à certaines maladies.



La butternut donne à la sauce sa belle couleur automnale

Lundi 13

Mardi 14

Mercredi 15

Jeudi 16

Vendredi 17

Elémentaires

Carottes râpées

Nouvelle recette

Gnocchis à la crème d'automne

Cantal

Crème vanille

Sauté de porc* à l'indienne

Galette quinoa tomate

Pommes de terres à l'ail et au thym

Edam

Fruit

Velouté de lentilles

Paupiette de veau au jus

Filet de lieu sauce provençale

Petits pois à la française

Yaourt aromatisé

Fruit

Concombres

Lasagnes au saumon

Fromage blanc aromatisé

Salade de pâtes au basilic

Filet de colin sauce cajun

Gratin de chou-fleur

et pommes de terre

Fruit

Maternelles

Carottes râpées

Nouvelle recette

Gnocchis à la crème d'automne

Cantal

Crème vanille

Sauté de porc* à l'indienne

Alternative : galette quinoa tomate

Pommes de terres à l'ail et au thym

Edam

Fruit

Velouté de lentilles

Paupiette de veau au jus

Petits pois à la française

Yaourt aromatisé

Fruit

Concombres

Lasagnes au saumon

Fromage blanc aromatisé

Salade de pâtes au basilic

Filet de colin sauce cajun

Gratin de chou-fleur

et pommes de terre

Fruit

Goûter : baguette, Vache qui rit , fruit

Goûter : moelleux au chocolat, jus

Goûter : viennoise au chocolat, jus

Goûter : galettes bretonnes, lait, fruit

Goûter : baguette, pâte à tartiner



Produit ou ingrédient issu de l'**agriculture biologique**



Plat maison conçu et mitonné au Syrec



Produit **local** issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives



Produit ou ingrédient **AOP** ou **IGP**



Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'**origine française**



Viande **Label Rouge** française



Produit **Fermier**



Issu du **commerce équitable**



La baguette est à base de farine **Label Rouge**

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont **végétariens**

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée

L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles



Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur **syrec-92.fr** ou en scannant le **QR code** situé en entête.

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires



menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 20 au 24 novembre 2023

Ici vos menus



mis à jour quotidiennement



Chaque français mange en moyenne 10 kg de pizza par an !

Virée gourmande en Italie

Vendredi, les enfants auront droit à **une expérience à l'italienne** avec un menu à thème spécial **Dolce Vita** ! L'Italie, ce magnifique pays méditerranéen, séduit les palais du monde entier grâce à **sa cuisine riche aux saveurs à l'harmonie subtile**. C'est une cuisine **à la fois généreuse et sophistiquée**, qui conquiert les cœurs des petits comme des grands. Il est intéressant de noter que les Français, reconnus pour leur passion pour la gastronomie, occupent **la deuxième place** en tant que **plus grands amateurs de pizzas** au monde, juste derrière les États-Unis. Cela témoigne de l'amour profond que nous portons à cette spécialité italienne. **Pizza, pasta e gelati** seront au rendez-vous pour ravir les papilles des enfants. **Buon appetito !**



Lundi 20

Œufs durs ~ mayonnaise
Filet de lieu sauce parisienne
Purée de pommes de terre
Yaourt nature

Mardi 21

Tajine de bœuf aux pruneaux
Kefta végétale
Semoule
Edam
Fruit

Mercredi 22

Potage Dubarry
Nuggets poulet ~ ketchup
Nuggets de poisson ~ ketchup
Haricots verts à la portugaise
Coulommiers
Banane

Jeudi 23

Salade coleslaw
Dahl de lentilles
Riz
Chanteneige
Clafoutis aux cerises

Vendredi 24

Menu spécial Italie

Pizza au fromage
Macaronis
sauce crème carottes champignons
Petit suisse
Gelati fragola

Élémentaires

Maternelles

Œufs durs ~ mayonnaise
Filet de lieu sauce parisienne
Purée de pommes de terre
Yaourt nature

Tajine de bœuf aux pruneaux
Semoule
Edam
Fruit

Potage Dubarry
Nuggets poulet ~ ketchup
Haricots verts à la portugaise
Coulommiers
Banane

Salade coleslaw
Dahl de lentilles
Riz
Chanteneige
Clafoutis aux cerises

Menu spécial Italie

Pizza au fromage
Macaronis
sauce crème carottes champignons
Petit suisse
Gelati fragola

Goûter : baguette, chocolat, lait

Goûter : beignet aux pommes, jus

Goûter : viennoise au chocolat, lait

Goûter : baguette, confiture de fraise, fruit

Goûter : gaufre au chocolat, fruit

Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique

Plat maison conçu et mitonné au Syrec

Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

Produit ou ingrédient AOP ou IGP

Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

Viande Label Rouge française

Produit Fermier

Issu du commerce équitable



La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

? Détail des plats composés :

Potage Dubarry : chou-fleur, bouillon de légumes

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles

Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires



Röstis aux légumes

Ingrédients pour 10 röstis :

- 5 pommes de terre
- 4 carottes et 1 courgette
- 1 oignon
- 1 œuf
- 2 ou 3 cuillères à soupe de farine
- Sel, poivre et huile d'olive

1. Râper finement tous les légumes et les essorer le plus possible.
2. Les mélanger dans un saladier avec l'œuf et la farine.
3. Saler, poivrer.
4. Faire chauffer 2 cuillères à soupe d'huile dans une poêle.
5. Quand l'huile est très chaude, former de petites galettes et les faire cuire sur chaque face jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.

Astuce : les légumes rendant de l'eau, pour qu'ils se tiennent pendant la cuisson, ne pas hésiter à épargner les röstis régulièrement avec un essuie-tout.

Lundi 27

Mardi 28

Mercredi 29

Jeudi 30

Vendredi 1^{er}

Élémentaires

Œufs durs à la florentine
Épinards ~ pommes vapeur à l'ail
Yaourt
Fruit

Carottes râpées
Poulet rôti ~ ketchup
Nuggets de blé ~ ketchup
Kasha de sarrasin
Fromage blanc aromatisé

Potage de légumes au Kiri
Filet meunière - citron
Röstis de légumes
Fruit

Menu bio

Salade de betteraves
Coquillettes
sauce tomate - basilic
emmental râpé
Banane

Salade verte iceberg à l'emmental
Steak haché
Pané de blé aux épinards
Poêlée de légumes de saison
Île flottante

Maternelles

Œufs durs à la florentine
Épinards ~ pommes vapeur à l'ail
Yaourt
Fruit

Carottes râpées
Poulet rôti ~ ketchup
Kasha de sarrasin
Fromage blanc aromatisé

Potage de légumes au Kiri
Filet meunière - citron
Röstis de légumes
Fruit

Menu bio

Salade de betteraves
Coquillettes
sauce tomate - basilic
emmental râpé
Banane

Salade verte iceberg à l'emmental
Steak haché
Poêlée de légumes de saison
Île flottante

Goûter : baguette, beurre, lait chocolaté

Goûter : viennoise nature, fruit

Goûter : gaufre sucre, compote pomme-fraise

Goûter : quatre-quarts, lait

Goûter : baguette, pâte à tartiner, fruit

Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique

Plat maison conçu et mitonné au Syrec

Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

Produit ou ingrédient AOP ou IGP

Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

Viande Label Rouge française

Produit Fermier

Issu du commerce équitable



La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

? Détail des plats composés :

Potage de légumes au Kiri : carotte, céleri rave, poireau, chou-fleur, navet, crème, Kiri, bouillon de légumes

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles



Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires



menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 4 au 8 décembre 2023

Ici vos menus



mis à jour quotidiennement



Lentilles et légumineuses, les alliées de votre santé

Jeudi, le menu proposé sera **tout bio** avec, en entrée, une **salade de lentilles**. Celles-ci font partie de la **famille des légumineuses**, des aliments nutritifs qui offrent de nombreux bienfaits pour la santé. Les légumineuses sont **riches en protéines végétales**, **faibles en matières grasses**, et **riches en fibres alimentaires**, ce qui favorise la satiété et la digestion. De plus, elles sont **une source importante de vitamines et de minéraux essentiels**. Les lentilles et les autres légumineuses comme les pois, les fèves ou encore le soja sont également **bonnes pour la santé cardiaque**, aident à **contrôler le poids** et ont un **faible impact environnemental**. Elles sont faciles à cuisiner et peuvent être intégrées dans une grande variété de plats pour une alimentation saine et équilibrée.

Lundi 4

Sauté de bœuf Stroganoff
Omelette
Purée de potimarron
Petit suisse aux fruits
Fruit **

Mardi 5

Chou blanc au sésame
Croustillant au fromage
Gratin brocolis ~ pommes de terre
St Môret **
Mousse chocolat

Mercredi 6

Potage parisien
Cordon bleu de volaille ~ ketchup
Pépité de colin pané ~ ketchup
Carottes au jus
Cantal
Fruit

Jeudi 7

Menu bio

Salade de lentilles
Tortelloni tomate-mozza
sauce tomate
Yaourt vanille
Fruit **

Vendredi 8

Salade de maïs ~ tomate
Filet de colin sauce cajun
Mélange trois céréales
Chanteneige **
Fruit **

Élémentaires

Maternelles

Sauté de bœuf Stroganoff
Purée de potimarron
Petit suisse aux fruits
Fruit **

Chou blanc au sésame
Croustillant au fromage
Gratin brocolis ~ pommes de terre
St Môret **
Mousse chocolat

Potage parisien
Cordon bleu de volaille ~ ketchup
Carottes au jus
Cantal
Fruit

Menu bio

Salade de lentilles
Tortelloni tomate-mozza
sauce tomate
Yaourt vanille
Fruit **

Salade de maïs ~ tomate
Filet de colin sauce cajun
Mélange trois céréales
Chanteneige **
Fruit **

Goûter : cake pépites de chocolat, jus

Goûter : viennoise au chocolat, fruit

Goûter : croissant, lait

Goûter : baguette Vache qui rit jus

Goûter : baguette, pâte à tartiner, jus

Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique

Plat maison conçu et mitonné au Syrec

Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

Produit ou ingrédient AOP ou IGP

Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

Viande Label Rouge française

Produit Fermier

Issu du commerce équitable



La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

? Détail des plats composés :

Potage parisien : poireau, pommes de terre

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée

L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles



Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires



Surprenante betterave

Lundi, nous proposons en entrée ce petit légume mal-aimé et pourtant si bon pour la santé et même les papilles : **la betterave** ! En effet, la betterave est **riche en nutriments, antioxydants et fibres**. Elle favorise la santé cardiaque, la digestion, la performance sportive, et peut même avoir des avantages pour la santé cognitive. Elle est aussi faible en calories et délicieuse : intégrez-la dans votre alimentation pour profiter de ses nombreux bienfaits. Essayez-la dans des salades, des smoothies, des houmous ou même dans des gâteaux pour une touche sucrée et nutritive. Si la **betterave potagère** est rouge violacée, il existe également une variété blanche étonnante et très consommée sans le savoir puisqu'elle sert à produire... **le sucre** !



La betterave est un légume-racine, comme la carotte

Lundi 11

Betteraves vinaigrette  
Gratin de crozets végétarien  
Salade verte
Fruit  **

Mardi 12

Salade de chou rouge à l'emmental 
Sauté de bœuf   sauce Marengo 
Tortilla pommes de terre ~ oignons
Petits pois à la Française 
Purée de pommes 

Mercredi 13

Potage de légumes 
Blanquette de dinde  
Filet de lieu sauce curry 
Boulgour  aux petits légumes 
Cotentin ail et fines herbes
Banane  

Jeudi 14

Carottes râpées   **
Omelette  
Riz  et fondue de poireaux
Edam  **
Crème dessert au caramel

Vendredi 15

Poisson pané cornflakes
Purée de pommes de terre 
Yaourt vanille 
Fruit  **

Élémentaires

Maternelles

Betteraves vinaigrette  
Gratin de crozets végétarien  
Salade verte
Fruit  **

Salade de chou rouge à l'emmental 
Sauté de bœuf   sauce Marengo 
Petits pois à la Française 
Purée de pommes 

Potage de légumes 
Blanquette de dinde  
Boulgour  aux petits légumes 
Cotentin ail et fines herbes
Banane  

Carottes râpées   **
Omelette  
Riz  et fondue de poireaux
Edam  **
Crème dessert au caramel

Poisson pané cornflakes
Purée de pommes de terre 
Yaourt vanille 
Fruit  **

Goûter : baguette, confiture, jus

Goûter : moelleux au chocolat, fruit

Goûter : pain de mie, Vache qui rit 

Goûter : viennoise au chocolat, fruit

Goûter : baguette, chocolat, fruit

 Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique

 Plat maison conçu et mitonné au Syrec

 Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

 Produit ou ingrédient AOP ou IGP

 Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

 Viande Label Rouge française

 Produit Fermier

 Issu du commerce équitable



La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée

L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles  

Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires



Ce délicieux brownie au chocolat sera de la fête le jeudi 21 !

Brownie au chocolat

Ingrédients pour 6 personnes :

- 200g de chocolat pâtissier
- 3 œufs
- 150g de sucre
- 150g de beurre demi-sel
- 60g de farine
- 1 sachet de sucre vanillé

1. Faire fondre le chocolat cassé en morceaux avec le beurre coupé en cubes.
2. Battre les œufs avec le sucre dans un saladier jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
3. Ajouter le sucre vanillé, puis le mélange beurre chocolat.
4. Incorporer la farine.
5. Verser le tout dans un moule beurré, et enfourner pendant 30 mn à 180°C (thermostat 6).

Astuces : si vous n'avez que du beurre doux, ajoutez simplement 2 pincées de sel.

Le brownie peut se déguster seul ou accompagné de crème anglaise ou encore d'une boule de glace à la vanille.

Lundi 18

Élémentaires

Salade coleslaw 🍴
Dahl de lentilles 🍴🌱🌱
Riz 🍴
Yaourt nature 🍴🌱**

Mardi 19

Taboulé 🍴 d'hiver à la mimolette ? 🍴
Escalope viennoise ~ citron
Croustillant au fromage
Épinards à la crème 🍴
Fruit 🍴**

Mercredi 20

Velouté poireau ~ pomme de terre 🍴
Bœuf bourguignon 🍴🍴
Filet de poisson meunière ~ citron
Ratatouille 🍴 ~ pommes vapeur
Vache qui rit 🍴
Fruit 🍴

Jeudi 21

Repas de fête

Œufs mimosa 🍴🍴 au surimi
Poisson en sauce 🍴
Pommes de terre festives ~ ketchup
Brownie et sa crème anglaise
Clémentine
Chocolat gourmand ~ Grenadine

Vendredi 22

Gnocchetti 🍴🌱
sauce champignons, carottes, crème 🍴
et emmental râpé
Comté 🍴**
Fruit 🍴**

Maternelles

Salade coleslaw 🍴
Dahl de lentilles 🍴🌱🌱
Riz 🍴
Yaourt nature 🍴🌱**

Taboulé 🍴 d'hiver à la mimolette ? 🍴
Escalope viennoise ~ citron
Épinards à la crème 🍴
Fruit 🍴**

Velouté poireau ~ pomme de terre 🍴
Bœuf bourguignon 🍴🍴
Ratatouille 🍴 ~ pommes vapeur
Vache qui rit 🍴
Fruit 🍴

Repas de fête

Œufs mimosa 🍴🍴 au surimi
Poisson en sauce 🍴
Pommes de terre festives ~ ketchup
Brownie et sa crème anglaise
Clémentine
Chocolat gourmand ~ Grenadine

Goûter : baguette, confiture de fraises, fruit

Goûter : pain au lait, chocolat

Goûter : viennoise, confiture, jus

Goûter : baguette, pâte à tartiner, jus

Goûter : beignet à la confiture, lait

AB
Produit ou ingrédient
issu de l'agriculture biologique

🍴
Plat maison conçu et mitonné au Syrec

📍
Produit local issu de la région Île-de-France
ou d'une région limitrophe au sens
des anciennes régions administratives

🌱
Produit ou ingrédient AOP ou IGP

🇫🇷
Le bœuf, la volaille, le porc
et les œufs sont d'origine française

🍴
Viande Label Rouge française

☀️
Produit Fermier

🍴
Issu du commerce équitable



La baguette est à base
de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

? Détail des plats composés :

Taboulé d'hiver à la mimolette : semoule bio,
coulis de tomate, maïs, olives, mimolette

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles



Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison
de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de
notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement
sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.

Les élémentaires bénéficient d'un goûter
le mercredi et pendant les vacances scolaires



menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 25 au 29 décembre 2023

Ici vos menus



mis à jour quotidiennement

Vacances scolaires

C'est les vacances ! Les p'tites énigmes du Syrec reviennent avec un air de fête



Charade :

- Mon 1^{er} est la 1^{ère} syllabe de cheveu
- Mon 2^e se trouve à l'intérieur du pain
- Mon 3^e est au milieu du visage
- Le Père Noël descend par mon tout !

Devinette :

Comment appelle-t-on
un chat tombé dans un pot
de peinture le 25 décembre ?



Un convoi vraiment exceptionnel !

Le Père Noël part pour sa tournée avec 6 rennes.
Chaque renne transporte 3 lutins sur son dos,
et 1 luciole sur chacun de ses bois.
Chaque lutin porte 3 sacs qui contiennent chacun 10 cadeaux.
Combien d'êtres vivants partent faire la tournée de cadeaux ?



Réponses dans l'ordre des énigmes : cheminée (che-mi-nez), un chat peint de Noël, 37 êtres vivants partent faire la tournée (1 Père Noël + 6 rennes + 18 lutins + 12 lucioles)

Lundi 25

Mardi 26

Mercredi 27

Jeudi 28

Vendredi 29

Élémentaires



Férié

Filet de lieu sauce provençale 🍷
Riz 🍷 aux petits légumes 🍷
Coulommiers
Fruit 🍷🍷

Potage Saint Germain 🍷
Steak haché 🍷 sauce oignons
Calamars à la romaine ~ béarnaise
Haricots verts 🍷 ~ flageolets 🍷
St Môret 🍷
Fruit 🍷

Chou blanc au sésame 🍷
Croque-fromage
Pommes forestines
Cantal 🍷
Flan au caramel

Carottes râpées à l'orange 🍷
Omelette 🍷
Gratin de chou-fleur 🍷
et pommes de terre 🍷
Yaourt nature 🍷

Maternelles



Férié

Filet de lieu sauce provençale 🍷
Riz 🍷 aux petits légumes 🍷
Coulommiers
Fruit 🍷🍷

Potage Saint Germain 🍷
Steak haché 🍷 sauce oignons
Haricots verts 🍷 ~ flageolets 🍷
St Môret 🍷
Fruit 🍷

Chou blanc au sésame 🍷
Croque-fromage
Pommes forestines
Cantal 🍷
Flan au caramel

Carottes râpées à l'orange 🍷
Omelette 🍷
Gratin de chou-fleur 🍷
et pommes de terre 🍷
Yaourt nature 🍷

Goûter : pain au lait, chocolat

Goûter : baguette, confiture, jus

Goûter : gaufre au sucre, fruit

Goûter : madeleines, lait chocolaté, fruit

Produit ou ingrédient
issu de l'agriculture biologique

Plat maison conçu et mitonné au Syrec

Produit local issu de la région Île-de-France
ou d'une région limitrophe au sens
des anciennes régions administratives

Produit ou ingrédient AOP ou IGP

Le bœuf, la volaille, le porc
et les œufs sont d'origine française

Viande Label Rouge française

Produit Fermier

Issu du commerce équitable



La baguette est à base
de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

? Détail des plats composés :

Potage Saint-Germain : pois cassés, bouillon de légumes

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles

Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison
de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de
notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement
sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.

Les élémentaires bénéficient d'un goûter
le mercredi et pendant les vacances scolaires