

	lundi 29 avril 2024	mardi 30 avril 2024	mercredi 1 mai 2024	jeudi 2 mai 2024	vendredi 3 mai 2024	samedi 4 mai 2024	dimanche 5 mai 2024
<b><u>DEJEUNER</u></b>	<b>LUNDI MIDI</b>	<b>MARDI MIDI</b>	<b>MERCREDI MIDI</b>	<b>JEUDI MIDI</b>	<b>VENDREDI MIDI</b>	<b>SAMEDI MIDI</b>	<b>DIMANCHE MIDI</b>
ENTREE	Potage de legumes	salade de lentilles	Galantine	Salade de pamplemousse	Salade de radis	Potage de legumes	Sardine
VPO	Emincés de bœuf	Filet mignon au miel	Paupiette de veau	Bœuf rôti	Poisson vapeur	.. Bolognaise	Poulet grillé
ACCOMPAGNEMENT	Carottes	Cœur de ble	Haricots beurre	Gratin Pdt courgettes	Risotto	Lasagnes..	Chou-fleur persilé
PRODUIT LAITIER	Petits suisse aro.	Fromage	Comté	*	Camembert	*	*
DESSERT	Compote de Pomme	Entremets	Fruits Cru.	Pâtisseries	Fruits Cru.	Fruits au sirop	Pâtisseries

<b><u>DINER</u></b>	LUNDI SOIR	MARDI SOIR	MERCREDI SOIR	JEUDI SOIR	VENDREDI SOIR	SAMEDI SOIR	DIMANCHE SOIR
POTAGE 40% Lég.min.	Potage de légumes	Soupe à l'oignon	Soupe de pois cassé	Veloute de poirreau	Potage de cresson	Soupe de tomate	Veloute de courgette et pois chiche
VPO	Poisson meuniere	Omelette au pâtes/lardon	Quenelles	*	Gratin de poisson	Quiche	Branande de poisson
ACCOMPAGNEMENT	Pdt au épices	*	Fondu de poireaux	Pâtes au bleu	aux legumes	*	(Purée)
PRODUIT LAITIER	*	(Râpe avec la soupe)	Fromage blanc a la	*	Yaourt	Bleu de bresse	*
DESSERT	Clafoutis	Fruits Cru.	creme de marron *	Fruits Cru.	*	Fruits Cru.	Creme dessert

Menu validé le 24/04/2024 par les Services CUISINE/RESTAURATION & NUTRITION DIETETIQUE

	lundi 29 avril 2024	mardi 30 avril 2024	mercredi 1 mai 2024	jeudi 2 mai 2024	vendredi 3 mai 2024	samedi 4 mai 2024	dimanche 5 mai 2024
<b><u>DEJEUNER</u></b>	<b>LUNDI MIDI</b>	<b>MARDI MIDI</b>	<b>MERCREDI MIDI</b>	<b>JEUDI MIDI</b>	<b>VENDREDI MIDI</b>	<b>SAMEDI MIDI</b>	<b>DIMANCHE MIDI</b>
ENTREE	Potage de legumes	salade de lentilles	Galantine	Salade de pamplemousse	Salade de radis	Potage de legumes	Sardine
VPO	Bœuf mixée	Filet mignon au miel mixée	Veau mixée	Bœuf mixée	Poisson vapeur	.. Bolognaise	Poulet mixée
ACCOMPAGNEMENT	Purée Carottes	<b>Semoule</b>	Purée Haricots beurre	<b>Purée Pdt courgettes</b>	Palenta	<b>Lasagnes..</b>	Chou-fleur persilé
PRODUIT LAITIER	Petits suisse aro.	<b>Fromage</b>	Comté	*	Camembert	*	*
DESSERT	Compote de Pomme	<b>Entremets</b>	<b>Fruits Cru. Mixée</b>	<b>Pâtisseries</b>	<b>Fruits Cru. Mixée</b>	<b>Fruits au sirop</b>	<b>Pâtisseries</b>

	LUNDI SOIR	MARDI SOIR	MERCREDI SOIR	JEUDI SOIR	VENDREDI SOIR	SAMEDI SOIR	DIMANCHE SOIR
POTAGE 40% Lég.min.	<b>Potage de légumes</b>	Soupe à l'oignon	<b>Soupe de pois cassé</b>	Veloute de poirreau	<b>Potage de cresson</b>	Soupe de tomate	Veloute de courgette et pois chiche
VPO	<b>Poisson meuniere</b>	Omelette /lardon	<b>Quenelles</b>	*	<b>Gratin de poisson</b>	Flan au fromage	<b>Branande de poisson</b>
ACCOMPAGNEMENT	<b>Purée de pdt</b>	Purée pdt légumes	<b>Purée de legumes vert</b>	Pâtes au bleu	<b>purée de legumes (idem)</b>	Semoule	<b>(Purée)</b>
PRODUIT LAITIER	*	(Râpe avec la soupe)	<b>Fromage blanc a la</b>	*	<b>Yaourt</b>	Bleu de bresse	*
DESSERT	<b>Clafoutis</b>	Fruits Cru.	creme de marron *	Fruits Cru.	*	Fruits Cru.	<b>Creme dessert</b>

Menu validé le 24/04/2024 par les Services CUISINE/RESTAURATION & NUTRITION DIETETIQUE

## Références Réglementaires :

- GEM-RCN, Recommandation nutrition, de JUILLET 2015;
- GEM-RCM, Fiche nutrition de la personne âgée, de JUILLET 2015;
- LOI n° 2023-221 : EGALIM III, du 30 MARS 2023;
- PNNS (Programme national nutrition santé) 2019-2023;
- PNA-N (Programme national de l'alimentation et de la nutrition) de SEPTEMBRE 2019;
- IDDSI II (Standardisation internationale des textures adaptées à la dysphagie) de 2019;
- Décret n° 2012-144, du 30 janvier 2012;
- ANSEM Fiche repère sur sécurité alimentaire, convivialité et qualité de vie, de MARS 2018;
- Arrêté du 8 OCTOBRE 2018;
- GBPH (Guides de Bonnes Pratiques d'Hygiène), de NOVEMBRE 2015;
- Le règlement INCO n° 1169/2011 et le décret n° 2015-447 (Allergènes) du 17 avril 2015.

## Elaboration des menus

Les menus sont élaborés et validés en collaboration des services **Cuisines/Restauration et Nutrition/Diététique** de l'établissement conformément qu'aux réglementations en vigueur ainsi au décret relatif à la qualité nutritionnelle des repas servis dans le cadre des services de restauration des établissements sociaux et médico-sociaux.

Ces menus peuvent toutefois être susceptibles de variations sous réserve des contraintes approvisionnements.

L'Instance de "validation" est la COMMISSIONS DE MENUS (CM).

L'Instance de "contrôle" est le COMITÉ DE LIAISON EN ALIMENTATION ET NUTRITION (CLAN).

## Légende/Aide à la lecture



= Fait maison

Menu *Végétarien*



= Repas ou plats/composante végétarien

Les fiches techniques des produits utilisés sont disponibles sur simple demande écrite au près du service Cuisines/Restauration : [responsable.cuisine@ch-ornans.fr](mailto:responsable.cuisine@ch-ornans.fr)

La viande servie est d'origine française (FR) ou européenne (EU).

Les fromages : Comté (AOP), Morbier (AOP/IGP), Mont-d'or (AOP) sont au lait cru.

**Les allergies et les intolérances sont inscrites sur le recueil de goût et prise en compte lors des préparations.**

Dans le cadre du règlement INCO, nous vous informons que les repas servis sont susceptibles de contenir les allergènes suivant :

La liste des allergènes est périodiquement révisée en fonction des évaluations scientifiques.

via la DGCCRF sous-direction 4 de MAI 2019

Allergènes	Exclusions
<b>Céréales contenant du gluten</b> (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybridées) et produits à base de ces céréales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sirops de glucose à base de blé, y compris le dextrose.</li> <li>• Maltodextrines à base de blé.</li> <li>• Sirops de glucose à base d'orge.</li> <li>• Céréales utilisées pour la fabrication de distillats ou d'alcool éthylique d'origine agricole pour les boissons spiritueuses et d'autres boissons alcooliques.</li> </ul>
<b>Crustacés et produits à base de crustacés.</b>	
<b>Œufs et produits à base d'œufs.</b>	
<b>Poissons et produits à base de poissons.</b>	Gélatine de poisson utilisée comme support pour les préparations de vitamines ou de caroténoïdes ou ichthyocolle utilisée comme agent de clarification dans la bière et le vin.
<b>Arachides et produits à base d'arachide.</b>	
<b>Soja et produits à base de soja.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Huile et la graisse de soja entièrement raffinées.</li> <li>• Tocophérols mixtes naturels.</li> <li>• Phytostérols et esters de phytostérol dérivés d'huiles végétales de soja.</li> <li>• Ester de stanol végétal produit à partir de stérols dérivés d'huiles végétales de soja.</li> </ul>
<b>Lait et produits à base de lait</b> (y compris de lactose).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lactosérum utilisé pour la fabrication de distillats alcooliques, y compris d'alcool éthylique d'origine agricole.</li> <li>• Lactitol.</li> </ul>
<b>Fruits à coques</b> (amandes, noisettes, noix, noix de : cajou, pécan, macadamia, du Brésil, du Queensland, pistaches) et produits à base de ces fruits.	Fruits à coques utilisés pour la fabrication de distillats alcooliques, y compris d'alcool éthylique d'origine agricole.
<b>Céleri et produits à base de céleri.</b>	
<b>Moutarde et produits à base de moutarde.</b>	
<b>Graines de sésame et produits à base de graines de sésame.</b>	
<b>Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l</b> (exprimés en SO <sub>2</sub> ).	
<b>Lupin et produits à base de lupin.</b>	
<b>Mollusques et produits à base de mollusques.</b>	

(A) Plat de substitution sans produit carné et sans porc



Consommez à chaque repas un aliment à base de féculents (pomme de terre, pâtes, riz, lentilles...) et/ou du pain.



Consommez deux fruits par jour, un légume vert cru ou cuit par repas, une crudité par repas (légume vert ou fruit).



Consommez trois à quatre produits laitiers par jour.



Consommez un à deux aliments protéiques par jour (viande, oeuf, poisson)

Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière.