

	lundi 17 juin 2024	mardi 18 juin 2024	mercredi 19 juin 2024	jeudi 20 juin 2024	vendredi 21 juin 2024	samedi 22 juin 2024	dimanche 23 juin 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> <i>Fête de musique</i>	<b>SAMEDI MIDI</b>	<b>DIMANCHE MIDI</b>
ENTREE	Potage a l'oseille	Salade de concombre	Salade de Carottes	Salade verte	Salade de cèleri	Potage de cresson	Asperges Salade verte
VPO	Sauté de dinde	Andouillette grillé	Blanc de Poulet	Saucisses cuites au BBQ	Brandade de poisson	Tête de veau	Filet mignon de porc
ACCOMPAGNEMENT	Epinards Béchamel	Purée	Haricot Blanc	Frites	(Purée)	Pdt Persillé	Gratin de choux fleurs
PRODUIT LAITIER	Fromage coupe	*	*		*	Fromage coupe	*
DESSERT	Fruits	Fruits	Pomme au four	Glace	Crème Pâtissière	Entremet	Pâtisserie

<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 bolets	Potage légumes	Potage de légumes (Farce de bœuf)	Velouté de courgettes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de vermicelle
VPO	Endives au jambon	Poisson pané	Courgette farcie / Riz	Croque Monsieur (Jambon fromage)	Œuf durs Florentine	Macaronis carbonara	Tarte au fromage
ACCOMPAGNEMENT	*	Poêlée de légumes	Yaourt au fruits	*	(épinards)	*	Salade composée et maïs
PRODUIT LAITIER	Fromage blanc	*	*	*	*	Fromage râpée	*
DESSERT	*	Gâteau de semoule	*	Crème caramel	Banane	Fruits	Compote

Menu validé le 22/05/2024 par les Services CUISINE/RESTAURATION & NUTRITION DIETETIQUE

	lundi 17 juin 2024	mardi 18 juin 2024	mercredi 19 juin 2024	jeudi 20 juin 2024	vendredi 21 juin 2024	samedi 22 juin 2024	dimanche 23 juin 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 a l'oseille	Salade de concombre	Salade de Carottes	Salade verte	Salade de cèleri	Potage de cresson	Asperges Salade verte
VPO	Dinde mixée	Andouillette grillé mixée	Poulet mixée	Saucisses mixée	Brandade de poisson	Veau mixée	Porc mixée
ACCOMPAGNEMENT	Purée d'Epinarsds Béchamel	Purée de Pdt	Purée d'Haricot	Frites mixée ou purée de pdt	(Purée)	Purée de Pdt Persillé	Gratin de choux fleurs
PRODUIT LAITIER	Fromage coupe	*	*		*	Fromage coupe	*
DESSERT	Fruits mixée	Fruits mixée	Pomme au four	Glace	Crème Pâtissière	Entremet	Pâtisserie

	LUNDI SOIR	MARDI SOIR	MERCREDI SOIR	JEUDI SOIR	VENDREDI SOIR	SAMEDI SOIR	DIMANCHE SOIR
POTAGE 40% Lég.min.	Potage de bolets	Potage légumes	Potage de légumes (Farce de bœuf)	Velouté de courgettes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de vermicelle
VPO	Endives au jambon mixée	Poisson pané	Courgette farcie / Riz	Flan de jambon	Oeuf durs Florentine	Semoule carbonara	Flan au fromage
ACCOMPAGNEMENT	*	Purée de legumes poêlée	Yaourt au fruits	Polenta	(épinards)	*	Purée de légumes
PRODUIT LAITIER	Fromage blanc	*		*	*	Fromage râpée	*
DESSERT	*	Gâteau de semoule	*	Crème caramel	Banane	Fruits	Compote

Menu validé le 22/05/2024 par les Services CUISINE/RESTAURATION & NUTRITION DIETETIQUE

## Références Réglementaires :

- GEM-RCN, Recommdation 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 disponible 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 ichtyocolle 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 (y compris de lactose).</b>	<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 (exprimés en SO2).</b>	
<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 protidiques par jour (viande, oeuf, poisson)

Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière.