



	lundi 29 juillet 2024	mardi 30 juillet 2024	mercredi 31 juillet 2024	jeudi 1 août 2024	vendredi 2 août 2024	samedi 3 août 2024	dimanche 4 août 2024
<u>DEJEUNER</u>	LUNDI MIDI	MARDI MIDI	MERCREDI MIDI	JEUDI MIDI	VENDREDI MIDI	SAMEDI MIDI	DIMANCHE MIDI
ENTREE	Potage de légumes	Salade de carottes	Salades de lentilles	Salades de betteraves rouge	Salades de concombres	Potage de légumes	Œuf Mimosas
VPO	Paupiette de veau	Escalope de dinde	Steak hachés	Sauté de Porc	Filet de poisson	Bœuf braisé	Roti de Dindonneau
ACCOMPAGNEMENT	Riz	Gratin de Courgettes	Haricots verts	Purée de Pdt	Carotte Vichy	Pâtes	Poêlée de légumes cordiale
PRODUIT LAITIER	Fromage	*	St Paulin	Fromage blanc	*	Fromage portion	Fromage
DESSERT	Glace	Pêches au sirop	Fruits	Compote	Pâtisserie	Fruits	Nougat Glacée

	LUNDI SOIR	MARDI SOIR	MERCREDI SOIR	JEUDI SOIR	VENDREDI SOIR	SAMEDI SOIR	DIMANCHE SOIR
POTAGE 40% Lég.min.	Potage de légumes	Soupe au Cresson	Potage de légumes	Veloute de poireau et Pdt	Potage de légumes	Crème de Champignons	Potage de légume
VPO	Roulé forestière	Jambon blanc	(Jambon)	Tartine franc-comtoise	Quiche au poireau	Roulade de volailles	Tomates farcies (bœuf)
ACCOMPAGNEMENT	Salade verte	Salade de Pdt	Croque Monsieur	Salade verte	Salade composée	Gratin de Chou fleurs	Riz
PRODUIT LAITIER	Petit suisses au fruits	Flan au caramel	*	Fromage	Yaourt	*	*
DESSERT	*	*	Banane	Pruneau au sirop	Fruits	Compote	Fruits

Menu validé le 17/07/2024 par les Services CUISINE/RESTAURATION & NUTRITION DIETETIQUE

	lundi 29 juillet 2024	mardi 30 juillet 2024	mercredi 31 juillet 2024	jeudi 1 août 2024	vendredi 2 août 2024	samedi 3 août 2024	dimanche 4 août 2024
<u>DEJEUNER</u>	LUNDI MIDI	MARDI MIDI	MERCREDI MIDI	JEUDI MIDI	VENDREDI MIDI	SAMEDI MIDI	DIMANCHE MIDI
ENTREE	Potage de légumes	Salade de carottes	Salades de lentilles	Salades de betteraves rouge	Salades de concombres	Potage de légumes	Oeuf Mimosas
VPO	Veau mixée	Dinde mixée	Steak hachés	Porc mixée	Filet de poisson	Bœuf mixée	Dinde mixée
ACCOMPAGNEMENT	Semoule	Gratin de Courgettes	Purée d'haricots verts	Purée de Pdt	Purée de carottes	Polenta	Purée de Légumes
PRODUIT LAITIER	Fromage	*	Yaourt	Fromage blanc	*	Fromage portion	Fromage
DESSERT	Glace	Pêches au sirop	Fruits	Compote	Pâtisserie	Fruits	Nougat Glacée

<u>DINER</u>	LUNDI SOIR	MARDI SOIR	MERCREDI SOIR	JEUDI SOIR	VENDREDI SOIR	SAMEDI SOIR	DIMANCHE SOIR
POTAGE 40% Lég.min.	Potage de légumes	Soupe au Cresson	Potage de légumes	Veloute de poireau et Pdt	Potage de légumes	Crème de Champignons	Potage de légume
VPO	Roulé forestière	Jambon blanc	(Jambon)	Tartine franc-comtoise	Quiche au poireau	Roulade de volailles	Tomates farcies (bœuf)
ACCOMPAGNEMENT	Purée de légumes	Purée de Pdt	Croque Monsieur	Purée légumes	Purée de légumes	Gratin de Chou fleurs	Semoule
PRODUIT LAITIER	Petit suisses au fruits	Flan au carmel	*	Fromage	Yaourt	*	*
DESSERT	*	*	Banane	Pruneau au sirop	Fruits	Compote	Fruits

Menu validé le 17/07/2024 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

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
Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybridées) et produits à base de ces céréales.	<ul style="list-style-type: none"> • Sirops de glucose à base de blé, y compris le dextrose. • Maltodextrines à base de blé. • Sirops de glucose à base d'orge. • Céréales utilisées pour la fabrication de distillats ou d'alcool éthylique d'origine agricole pour les boissons spiritueuses et d'autres boissons alcooliques.
Crustacés et produits à base de crustacés.	
Œufs et produits à base d'œufs.	
Poissons et produits à base de poissons.	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.
Arachides et produits à base d'arachide.	
Soja et produits à base de soja.	<ul style="list-style-type: none"> • Huile et la graisse de soja entièrement raffinées. • Tocophérols mixtes naturels. • Phytostérols et esters de phytostérol dérivés d'huiles végétales de soja. • Ester de stanol végétal produit à partir de stérols dérivés d'huiles végétales de soja.
Lait et produits à base de lait (y compris de lactose).	<ul style="list-style-type: none"> • Lactosérum utilisé pour la fabrication de distillats alcooliques, y compris d'alcool éthylique d'origine agricole. • Lactitol.
Fruits à coques (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.
Céleri et produits à base de céleri.	
Moutarde et produits à base de moutarde.	
Graines de sésame et produits à base de graines de sésame.	
Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l (exprimés en SO2).	
Lupin et produits à base de lupin.	
Mollusques et produits à base de mollusques.	

(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.