

		MIDI	SOIR
LUNDI	<u>23/09/24</u>	Potage de légumes Bœuf provençal Navets Crème dessert *	Potage de légumes Quiches au thon * * Flan aux fruits
MARDI	<u>24/09/24</u>	Poireau vignettes Roti de dinde Riz Morbier Mousse de fruit	Soupe oignon Omelette Ratatouilles St Paulin Fruits
MERCREDI	<u>25/09/24</u>	Taboulé orientale Tajine de veau Petits légumes ou raisin Cancoillotte Raisins	Potage de poireaux Maquereau à la tomate Pdt * Laits gélifiée
JEUDI	<u>26/09/24</u>	Pamplemousse cote de porc sauce charcutière Courgettes/Pdt Gratin Petit suisse *	Potage de légumes Filets de poulet Semoule & Pois chiche Roquefort Banane
VENDREDI	<u>27/09/24</u>	Macédoine Lasagne de poisson * Camembert Melon	Soupe vermicelle Croque monsieur Salade d'endive Yaourt au fruit *
SAMEDI	<u>28/09/24</u>	Potage de légumes Bœuf bourguignon Pdt persillé Comté (AOP/AOC) Entremets mandarine	Potage bolets Choux farcie à la tomates Cantal Prune
DIMANCHE	<u>29/09/24</u>	salades vert composée Gigot d'agneau Flageolet * Clafoutis au fruits	Potage de légumes Ravioli gratinée * * Creme anglaise + Madelaine

MENU en texture Mixée

DU 23 au 29 Septembre 2024

		MIDI	SOIR
LUNDI	<u>23/09/24</u>	Potage de légumes Bœuf provençal Purée de navets Crème dessert *	Potage de légumes Pain/Mousse de thon * 0 Flan aux fruits
MARDI	<u>24/09/24</u>	Poireau vignettes Roti de dinde Polenta Morbier Mousse de fruit	Soupe oignon Omelette Purée de Légumes St Paulin Fruits
MERCREDI	<u>25/09/24</u>	Taboulé orientale Tajine de veau Purée de légumes Cancoillotte Raisins	Potage de poireaux Maquereau à la tomate Purée de Pomme de terre * Laits gélifiée
JEUDI	<u>26/09/24</u>	Pamplemousse cote de porc sauce charcutière Courgettes/Pdt Gratin Petit suisse *	Potage de légumes Filets de poulet Semoule Roquefort Banane
VENDREDI	<u>27/09/24</u>	Macédoine Lasagne de poisson * Camembert Melon	Soupe vermicelle Flan fromage/jambon Salade d'endive Yaourt au fruit *
SAMEDI	<u>28/09/24</u>	Potage de légumes Bœuf bourguignon Pdt persillé Comté (AOP/AOC) Entremets mandarine	Potage bolets Choux farcie à la tomates Cantal Prune
DIMANCHE	<u>29/09/24</u>	salades vert composée Gigot d'agneau Flageolet * Clafoutis au fruits	Potage de légumes Ravioli gratinée * * Creme anglaise + Madelaine

Menu validé le 12/09/2024 par les Services CUISINE/RESTAURATION & NUTRITION DIETETIQUE PAGE 1/2 ANNEXE MENU

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.