



		MIDI	SOIR
LUNDI	14/10/24	Potage de légumes Rôti de porc Flageolets Liégeois *	Potage de Légumes Pates au saumon fumé * Fromage Compote
MARDI	15/10/24	Filet de maquereaux à la moutarde Supreme de dinde sauce forestière Trio de quinoa Mamirolle Panna cotta	Crème de champignon (b) Œufs Florentine (Epinards à la crème) * Kiwi
MERCREDI	16/10/24	Samossa de légumes Curry de poulet au lait de coco Aloo Gobi (Choux fleur , Pdt) Barfi à la menthe Voyage en Inde	Veloute de Potiron Quiche aux lardons/petits pois  St-Nectaire Raisin
JEUDI	17/10/24	Terrine de lentille corail Célèrisotto Champignons Coings rôtis Menu Végétarien	Soupe a l'oignon Raviolis gratiné (Fromage râpé) Petit suisse
VENDREDI	18/10/24	Salade de tomates Moules Frites Yaourt aux fruits *	Soupe cresson Rosette Gratin de courgette * Banane
SAMEDI	19/10/24	Potage de légumes Escalope de poulet Semoule/Légumes Camembert Poire	Soupe vermicelles Flan de foie de volaille Pates sauce provençale Crème dessert
DIMANCHE	20/10/24	Salade de lentille et pois chiche Rôti de veau Haricots beurre Comté (AOP/AOC) Pâtisserie	Potage de légumes  Gratin de poireau au jambon  Compote

Menu validé le 09/10/2024 par les Services CUISINE/RESTAURATION &amp; NUTRITION DIETETIQUE PAGE 1/2 ANNEXE MENU

Semaine N°4



Affiché le 11/10/2024



# MENU en texture Mixée

## DU 14 au 20 octobre 2024

		MIDI	SOIR
LUNDI	14/10/24	Potage de légumes Rôti de porc Purée de Flageolets Liégeois *	Potage de Légumes Semoule au saumon * Fromage Compote
MARDI	15/10/24	Filet de maquereaux à la moutarde Supreme de dinde sauce forestière Trio de quinoa Fromage portion Panna cotta	Crème de champignon (b) Œufs Florentine (Epinards à la crème) * Kiwi
MERCREDI	16/10/24	Samossa de légumes Curry de poulet au lait de coco Puré de choux fleur/Pdt Barfi à la menthe (Semaine de gout)	Veloute de Potiron Quiche aux lardons/petits pois 0 St-Nectaire Raisin
JEUDI	17/10/24	Terrine de lentille corail Célérissotto Champignons Coings rôtis (Menu végétarien)	Soupe a l'oignon Raviolis gratiné (Fromage râpé) Petit suisse 0
VENDREDI	18/10/24	Salade de tomates Moules/Poisson Mixée Purée de Pomme de terre Yaourt aux fruits *	Soupe cresson Jambon mixée Gratin de courgette * Banane
SAMEDI	19/10/24	Potage de légumes Poulet Mixée Semoule/Légumes Fromage portion Poire	Soupe vermicelles Flan de foie de volaille Polenta provencale Crème dessert
DIMANCHE	20/10/24	Salade de lentille et pois chiche Veau mixée Haricots beurre Fromage portion Pâtisserie	Potage de légumes  Gratin de poireau au jambon  Compote

Menu validé le 09/10/2024 par les Services CUISINE/RESTAURATION &amp; NUTRITION DIETETIQUE PAGE 1/2 ANNEXE MENU

Semaine N°4



## 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 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 protéiques par jour (viande, oeuf, poisson)

Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière.

## LABELS ET AUTRES SIGNES DE QUALITÉ :

IGP = Indication Géographique Protégée

AOP = Appellation d'Origine Protégée

MSC = poisson issu de la pêche durable

BBC = label Bleu Blanc Coeur

VBF / VF = Viande Bovine Française / Volaille Française

HVE = Haute Valeur Environnementale