

Légume du mois: Champignon



Le champignon

Le terme « champignon », qui est apparu dans la langue française en 1398, est une altération de l'ancien français champegnuel, emprunté au latin populaire campagniolus, qui signifie "champignon des champs".

Plusieurs centaines de champignons sont consommées par l'être humain, à travers le monde. Il aurait été l'un des premiers aliments à être consommé. Les Grecs et les Romains de l'Antiquité en étaient friands. Au Ve siècle avant notre ère, le médecin grec Hippocrate écrit les premiers documents portant sur leur emploi en cuisine et en médecine.

Le champignon est très riche en eau et pauvre en calories (21,7 Cal/100 g). Il contient une source non négligeable de fibres. Il apporte également des vitamines du groupe B et des minéraux (phosphore, potassium, fer, zinc)



Lundi 2 septembre Bœuf égréné bolognaise (bœuf bio) Floraline 1+7 Courgettes 7 Purée de fruits	Mardi 3 septembre Saumon grillé B&C 4+7 Pomme de terre 7 Haricots verts forestiers 7 Purée de fruits	Mercredi 4 septembre Rôti de dinde BBC Purée de patate douce 7 Epinards 7 Purée de fruits	Jeudi 5 septembre Cubes de colin B&C 4+7 Semoule 1+7 Carottes 1+7 Purée de fruits	Vendredi 6 septembre Sauté d'agneau Floraline 1+7 Brocolis 7 Purée de fruits
Lundi 9 septembre Sauté de veau au curry 1+7 Semoule 1+7 Haricots plats 7 Purée de fruits	Mardi 10 septembre Œufs durs 3 Floraline 1+7 Ratatouille Purée de fruits	Mercredi 11 septembre Rôti de porc BBC Pomme de terre vapeur 7 Epinards 7 Purée de fruits	Jeudi 12 septembre Daube de boeuf Polenta 3+7 Chou romanesco 7 Purée de fruits	Vendredi 13 septembre Dos de cabillaud MSC B&C 4+7 Purée de patate douce 7 Carottes 7 Purée de fruit
Lundi 16 septembre Bœuf égréné BBC Risotto aux champignons 7 Purée de fruits	Mardi 17 septembre Filet de merlu B&C 4+7 Purée de patate douce 7 Duo de haricots 7 Purée de fruits	Mercredi 18 septembre Epaula d'agneau Floraline 1+7 Courgettes 7 Purée de fruits	Jeudi 19 septembre Dos de colin MSC 1+4 Semoule 1+7 Epinards 7 Purée de fruits	Vendredi 20 septembre Poulet LR Pomme de terre 7 Carottes 7 Purée de fruits
Lundi 23 septembre Sauté de porc BBC sauce champignons 10+12 Floraline 1+7 Haricots verts 7 Purée de fruits	Mardi 24 septembre Filet de Hoki B&C 4+7 Purée de patate douce 7 Chou romanesco 7 Purée de fruits	Mercredi 25 septembre Blanquette de veau 1+7 Floraline 1+7 Carottes 7 Purée de fruits	Jeudi 26 septembre Rôti de dinde BBC Pomme de terre 7 Epinards 7 Purée de fruits	Vendredi 27 septembre Omelette aux fines herbes 3+7 Semoule 1+7 Courgettes sautées 7 Purée de fruits
Lundi 30 septembre Filet colin MSC B&C 4+7 Pépinites 1+7 Haricots plats 7 Purée de fruits				

Fruits, légumes et produits laitiers subventionnés dans le cadre du programme de l'Union Européenne à destination des écoles

Informations

- Produits issus de l'agriculture biologique
- * Produits de saison
- Appellation d'Origine Protégée
- Viande Label Rouge
- Viande Origine France
- Poisson Filière pêche Durable
- Produit Local
- Filière Bleu Blanc Coeur



Toutes nos entrées sont accompagnées de vinaigrettes faites maison, et les potages et veloutés sont également faits maison
Allergènes majeurs connus dans les produits sauf à l'état de traces : 1: Céréales contenant du gluten, 2: Crustacés et produits à base de crustacés, 3: œufs et produits à base d'œufs, 4: poissons et produits à base de poissons, 5: Arachides et produits à base d'arachides, 6: Soja et produits à base de soja, 7: Lait et produits à base de lait, 8: Fruits à coque, 9: Céleri et produits à base de céleri, 10: moutarde et produits à base de moutarde, 11: Graines de sésame et produits à base de sésame, 12: Anhydride sulfureux et sulfites, 13: Lupin et produits à base de lupin, 14: Mollusques et produits à base de mollusques
La précision sur la présence possible des 14 allergènes majeurs dans nos préparations ne peut en aucun cas se substituer à la mise en place des procédures d'accueil d'un enfant atteint d'allergie alimentaire. (certificat médical, P.A.I...)
Les traces d'allergènes ne sont pas prises en compte
 Pour des raisons indépendantes de notre volonté, des changements peuvent intervenir dans la composition des menus (ruptures de stock fournisseurs, problèmes techniques, grèves...)