



	LUNDI 4 juin	MARDI 5 juin	MERCREDI 6 juin	JEUDI 7 juin	VENDREDI 8 juin
18 à 36 mois	Déjeuner : Lentilles vinaigrette Rouelle de porc SP: Poisson Ratatouille Fromage Fruit Goûter : Fruit Céréales / lait de croissance	Déjeuner : Haricots verts vinaigrette Omelette Pommes noisettes Petit Suisse Fruit Goûter : Gâteau roulé à la confiture Lait de croissance	Déjeuner : Velouté de tomates Blanc de poulet à l'estragon Riz AGB Fromage Fruit Goûter : Pain perdu Fruit	Déjeuner : Radis rondelles à la crème et ciboulette Gratin de poisson nantais Brocolis Fromage Fruit Goûter : Compote de pommes Petit suisse / biscuit	Déjeuner : Couscous (semoule AGB) à l'agneau Fromage Fruit Goûter : Yaourt AGB / Pain Fruit
12 à 18 mois	<p>De 12 à 18 mois, l'enfant va passer à son rythme, d'une alimentation mixée, puis hachée, en petits morceaux pour arriver progressivement à une texture normale</p> <p>A 12 mois:</p> <p>Le plat sera composé: de la purée de légumes et de la viande mixée (ci-dessous) auxquelles seront ajoutés: légumes écrasés, petites pâtes, riz, semoule afin de se familiariser à une texture plus grumeleuse nécessitant la mastication</p> <p>Le fromage du jour pourra être râpé pour être incorporé au plat, puis coupé finement, puis finalement proposé en morceau</p> <p>Le fruit sera proposé en compote, en jus pour les agrumes, puis frais mixé, et finalement en fines lamelles</p>				
6 à 12 mois	Déjeuner : Purée Carottes / Potiron Porc mixé SP: poisson mixé Compote de fruit(s) Goûter (à partir de 10 mois)	Déjeuner : Purée haricots verts / p de terre 1/4 d'œuf dur Compote de fruit(s) Goûter (à partir de 10 mois) Semoule au lait Compote de fruit(s)	Déjeuner : Purée carottes / tomates Poulet mixé Compote de fruit(s) Goûter (à partir de 10 mois) Fromage blanc Compote de fruit(s)	Déjeuner : Purée brocolis / Pdt Poisson mixé Compote de fruit(s) Goûter (à partir de 10 mois) Compote de pommes Petit suisse / biscuit	Déjeuner : Purée courgettes / p de terre Agneau mixé Compote de fruit(s) Goûter (à partir de 10 mois) Yaourt AGB Compote de fruit(s)
5ème et 6ème mois	Déjeuner : Purée Carottes / Potiron Lait infantile**	Déjeuner : Purée haricots verts / p de terre Lait infantile**	Déjeuner : Purée carottes / tomates Lait infantile**	Déjeuner : Purée brocolis / Pdt Lait infantile**	Déjeuner : Purée courgettes / Pdt Lait infantile**
	Goûter à maintenir jusque 10 mois: Compote de fruit(s) Lait infantile**				

* bœuf provenant de bêtes nées, élevées et abattues en France (hormis le veau)

AGB : issu de l'agriculture biologique

** lait infantile fourni par la famille





La Fraîch'attitude

Crèches municipales juin 20118

	LUNDI 11 juin	MARDI 12 juin	MERCREDI 13 juin	JEUDI 14 juin	VENDREDI 15 juin
18 à 36 mois	Déjeuner : Haricots verts vinaigrette Gâteau de brocolis Petit suisse Fruit 	Déjeuner : Courgettes râpées Sauté de veau* à l'orange Boulgour Fromage Fruit 	Déjeuner : Radis vinaigrette Moussaka à l'agneau Fromage Fruit 	Déjeuner : Lentilles vinaigrette à l'orange Gratin de fenouil provençal au saumon Fromage Fruit AGB 	Déjeuner : Smoothie concombre ciboulette Pintade aux pêches Pâtes AGB Fromage Fruit
	Goûter : Semoule au lait Fruit	Goûter : Clafoutis pomme / rhubarbe Lait de croissance	Goûter : Fruit / Biscuits vanille amandes Lait de croissance	Goûter: Fraises au fromage blanc Biscuit	Goûter : Pain / confiture Yaourt AGB
12 à 18 mois	<p>De 12 à 18 mois, l'enfant va passer à son rythme, d'une alimentation mixée, puis hachée, en petits morceaux pour arriver progressivement à une texture normale</p> <p>A 12 mois:</p> <p>Le plat sera composé: de la purée de légumes et de la viande mixée (ci-dessous) auxquelles seront ajoutés: légumes écrasés, petites pâtes, riz, semoule afin de se familiariser à une texture plus grumeleuse nécessitant la mastication</p> <p>Le fromage du jour pourra être râpé pour être incorporé au plat, puis coupé finement, puis finalement proposé en morceau</p> <p>Le fruit sera proposé en compote, en jus pour les agrumes, puis frais mixé, et finalement en fines lamelles</p>				
6 à 12 mois	Déjeuner : Purée haricots verts / Pdt 1/4 d'œuf dur Compote de fruit(s)	Déjeuner : Purée courgettes / P de terre Veau* mixé Compote de fruit(s)	Déjeuner : Purée carottes / petits pois agneau mixé Compote de fruit(s)	Déjeuner : Purée carottes / fenouil Saumon mixé Compote de fruit(s)	Déjeuner : Purée carottes / Concombre / Pdt Pintade mixée Compote de fruit(s)
	Goûter (à partir de 10 mois) Semoule au lait Compote de fruit(s)	Goûter (à partir de 10 mois) Petit suisse / Biscuit Compote de fruit(s)	Goûter (à partir de 10 mois) Maizena Compote de fruit(s)	Goûter (à partir de 10 mois) Fruits mixés Fromage blanc	Goûter (à partir de 10 mois) Yaourt AGB Compote de fruit(s)
5ème et 6ème mois	Déjeuner : Purée haricots verts / Pdt Lait infantile**	Déjeuner : Purée courgettes / p de terre Lait infantile**	Déjeuner : Purée carottes / petits pois Lait infantile**	Déjeuner : Purée carottes / fenouil Lait infantile**	Déjeuner : Purée carottes / Concombre / Pdt Lait infantile**
	Goûter à maintenir jusque 10 mois: Compote de fruits Lait infantile**				

* bœuf provenant de bêtes nées, élevées et abattues en France (hormis le veau)

AGB: issu de l'agriculture biologique

** lait infantile fourni par la famille





C'est l'été !



Crèches municipales juin 2018

	LUNDI 18 juin	MARDI 19 juin	MERCREDI 20 juin	JEUDI 21 juin	VENDREDI 22 juin
18 à 36 mois	Déjeuner : Melon Croque monsieur Yaourt AGB Goûter : Glace / Fruit	Déjeuner : Tomates vinaigrette Escalope de veau* milanaise Petits pois / carottes Fromage Fruit Goûter : Pain / miel Lait de croissance	Déjeuner : Céleri sauce crème Quiche au thon Fromage Fruit Goûter : Fruit Céréales / Lait de croissance	Déjeuner : Taboulé au poulet et à la menthe fraîche Fromage AGB Pastèque Goûter : Charlotte aux fraises à la mascarpone et au fromage blanc	Déjeuner : Goûter :
12 à 18 mois	<p>De 12 à 18 mois, l'enfant va passer à son rythme, d'une alimentation mixée, puis hachée, en petits morceaux pour arriver progressivement à une texture normale</p> <p>A 12 mois:</p> <p>Le plat sera composé: de la purée de légumes et de la viande mixée (ci-dessous) auxquelles seront ajoutés: légumes écrasés, petites pâtes, riz, semoule afin de se familiariser à une texture plus grumeleuse nécessitant la mastication</p> <p>Le fromage du jour pourra être râpé pour être incorporé au plat, puis coupé finement, puis finalement proposé en morceau</p> <p>Le fruit sera proposé en compote, en jus pour les agrumes, puis frais mixé, et finalement en fines lamelles</p>				
6 à 12 mois	Déjeuner : Purée courgettes / Pdt Jambon (porc ou dinde) mixé Compote de fruit(s) Goûter (à partir de 10 mois) Panade de fruits	Déjeuner : Purée petits pois / carottes Veau mixé* Compote de fruit(s) Goûter (à partir de 10 mois) Maizéna Compote de fruit(s)	Déjeuner : Puré céleri / Pdt Thon mixé Compote de fruit(s) Goûter (à partir de 10 mois) Semoule au lait Compote de fruit(s)	Déjeuner : Purée carottes / tomates Poulet mixé Compote de fruit(s) Goûter (à partir de 10 mois) Fromage blanc / coulis fraises Biscuit	Déjeuner : Goûter (à partir de 10 mois)
5ème et 6ème mois	Déjeuner : Purée courgettes / Pdt Lait infantile**	Déjeuner : Purée de carottes Lait infantile**	Déjeuner : Puré céleri / Pdt Lait infantile**	Déjeuner : Purée carottes / tomates Lait infantile**	Déjeuner : Goûter à maintenir jusque 10 mois: Compote de fruits Lait infantile**

* bœuf provenant de bêtes nées, élevées et abattues en France (hormis le veau)

AGB: issu de l'agriculture biologique

** lait infantile fourni par la famille





	LUNDI 25 juin	MARDI 26 juin	MERCREDI 27 juin	JEUDI 28 juin	VENDREDI 29 juin
18 à 36 mois	Déjeuner : Tomate vinaigrette Feuilleté aux épinards et au fromage Fruit Goûter : Fruit – Céréales Lait de croissance	Déjeuner : Maïs vinaigrette Sauté de porc à l'ananas SP: Sauté de dinde à l'ananas Semoule Fromage Fruit Goûter : Crumble Lait de croissance	Déjeuner : Melon Escalope de volaille Gratin dauphinois Yaourt AGB Goûter : Fromage blanc / pain Fruit	Déjeuner : Crème de persil Poisson frais Julienne de légumes / P vapeur Fromage Fruit AGB Goûter : Smoothie à la banane Biscuit	Déjeuner : Betteraves rouges Hachi camarguais* (courgettes / riz / bœuf* haché) (Riz AGB) Fromage Fruit Goûter : Pain / Fruit Petit suisse
12 à 18 mois	<p>De 12 à 18 mois, l'enfant va passer à son rythme, d'une alimentation mixée, puis hachée, en petits morceaux pour arriver progressivement à une texture normale</p> <p>A 12 mois:</p> <p>Le plat sera composé: de la purée de légumes et de la viande mixée (ci-dessous) auxquelles seront ajoutés: légumes écrasés, petites pâtes, riz, semoule afin de se familiariser à une texture plus grumeleuse nécessitant la mastication</p> <p>Le fromage du jour pourra être râpé pour être incorporé au plat, puis coupé finement, puis finalement proposé en morceau</p> <p>Le fruit sera proposé en compote, en jus pour les agrumes, puis frais mixé, et finalement en fines lamelles</p>				
6 à 12 mois	Déjeuner : Purée épinards / pdt Fromage râpé Compote de fruit(s) Goûter (à partir de 10 mois) Petit suisse / Biscuit Compote de fruit(s)	Déjeuner : Purée haricots beurre / Pdt Porc mixé SP: Dinde mixée Compote de fruit(s) Goûter (à partir de 10 mois) Smoothie à la banane Biscuit	Déjeuner : Purée carotte / laitue Volaille mixée Compote de fruit(s) Goûter (à partir de 10 mois) Fromage blanc Compote de fruit(s)	Déjeuner : Purée céleri / Pdt Poisson mixé Compote de fruit(s) Goûter (à partir de 10 mois) Yaourt AGB Compote de fruit(s)	Déjeuner : Purée betteraves rouges / Pdt Poisson mixé Compote de fruit(s) Goûter (à partir de 10 mois) Petit suisse Compote de fruit(s)
5ème et 6ème mois	Déjeuner : Purée épinards / pdt Lait infantile**	Déjeuner : Purée haricots beurre / Pdt Lait infantile**	Déjeuner : Purée carotte / laitue Lait infantile**	Déjeuner : Purée céleri / Pdt Lait infantile**	Déjeuner : Purée betteraves rouges / Pdt Lait infantile**
	Goûter à maintenir jusque 10 mois: Compote de fruits Lait infantile**				

* bœuf provenant de bêtes nées, élevées et abattues en France (hormis le veau)

AGB: issu de l'agriculture biologique

** lait infantile fourni par la famille



Recommandations du GEMRCN / Groupe d'Etude en Restauration Collective et en Nutrition (août 2013)

relatives à la qualité des repas servis en structures d'accueil de jeunes enfants

Sur la base de 18 repas successifs Du 4 au 29 juin 2018 Mairie d'AMIENS	Entrée	Plat protidique	Garniture ou accompagnement	Produit laitier	Dessert	Total sur 19 repas	Ramené à 20 repas	Fréquence recommandée sur 20 repas
Pour garantir les apports en fibres et vitamines :								
Crudités de légumes ou des fruits frais en entrée ou accompagnement du plat (à partir de 12 mois)						9	9,4	8/20 mini
Fruits crus ou cuits en dessert						18	18,9	19/20 mini
Légumes cuits, autres que les légumes secs, seuls ou en mélange, contenant au moins 50% de légumes						10	10,5	10 /20 mini
Légumes secs, féculents ou céréales en garniture ou accompagnement du plat protidique								10 sur 20
Pour garantir les apports en calcium :								
Fromages contenant au moins 150 mg de calcium par portion (servi en tant que tel, ou en entrée composée)			3	14		18	18,9	10/20 mini
Fromages dont la teneur en calcium est comprise entre 100 mg et 150 mg par portion								8/20 mini
Produits laitiers ou desserts lactés contenant plus de 100 mg de calcium et moins de 5 g de matières grasses par portion				2		3	3,3	2/20 mini
Pour garantir les apports en fer et en oligoéléments :								
Viandes non hachées de bœuf, veau, agneau ou abats de boucherie						3	3,3	4/20 mini
Viandes hachées contenant plus de 10 % de lipides						2	2,1	2/20 max
Filet de poisson 100% poisson						4	4,2	4/20 mini
Préparations ou plats prêts à consommer à base de viande, de poisson, d'œuf ou de fromage contenant moins de 70% de ces produits						0	0	0
Pour limiter les apports en matières grasses :								
Entrées constituées de produits gras (> 15% de lipides)	0					0	0	1/20 maxi
Desserts constitués de produits gras (> 15 % de lipides)					0	0	0	1/20 maxi
Plats protidiques ou garnitures constitués de produits gras à frire ou pré-frits (>15% de lipides)			1			0	0	2/20 maxi
Plats protidiques contenant autant ou plus de matières grasses que de protéines (P/L < ou = à 1)		0				0	0	0
Pour limiter les apports en sucres simples :								
Desserts constitués de produits sucrés (> 20g G simples) et contenant moins de 15% de matières grasses					0	0	0	1/20 maxi

Produits gras : produits à teneur en matières grasses supérieure à 15%

Produits sucrés : produits contenant plus de 20g de sucres simples totaux par portion

Plat protidique : plat principal à base de viandes, poissons, œufs, abats ou fromages