



Actu des menus Ste Marie Novembre / décembre 2021



Eveil et
GOUT

— Découvrir pour mieux grandir —

par *sodexo*

Les menus de l'offre Eveil et Goût

- Elaboration et validation des menus par un groupe de travail (Commission d'Offre Alimentaire), constitué d'experts culinaires, nutritionnels et techniques (cuisinier, diététicien, responsable d'exploitation...), dans un cadre économique défini
- Les menus CuistoRigolo sont conformes à la réglementation nutrition du GEMRCN de juillet 2015 et à l'arrêté du 30 septembre 2011. Ils intègrent systématiquement les recommandations du PNNS, en alliant santé et plaisir
- Rotation sur l'année des 2 cycles de base de 8 semaines (plan alimentaire et menus), Printemps/Eté et Automne/Hiver, afin d'être au plus proche de la saisonnalité

Le programme d'animations



La découverte des saveurs du monde

4 voyages dans différents pays du monde pour découvrir de nouvelles saveurs et cultures.



Les événements du calendrier

7 fêtes traditionnelles ou événements, une cantine tout en couleurs.



Les nouveautés du Chef

20 nouvelles recettes à découvrir.



Sensibilisation à la planète

3 journées de sensibilisation aux enjeux des produits saison, locaux et à l'environnement

PROGRAMME D'ANIMATIONS 2021/2022

Eveil & Goût



Sensibilisation au gaspillage alimentaire

3 journées de sensibilisation à la lutte contre le gaspillage alimentaire

Une année rythmée !

Les animations avec NOA & PAPILLE 2021-2022

septembre
Fête de la rentrée :
Bienvenue à tous !
Les règles du Club de la Cantine
Et aussi, chaque mois une nouvelle recette du Chef : Goûte et vote !

octobre
LES TRÉSORS DE FRANCE
Et aussi... La recette du mois

novembre
La fête foraine
AGIS ! contre le gaspi !
Et aussi... La recette du mois

décembre
Joyeuses fêtes !
Et aussi... La recette du mois

janvier
La galette des rois
LES TRÉSORS DE L'INDE
Et aussi... La recette du mois

février
Vive les crêpes !

mars
NOUVELLE RECETTE DU MOIS : Goûte et vote !

avril
La fête du printemps
Et aussi... La recette du mois

mai
LES TRÉSORS DU LIBAN
Et aussi... La recette du mois

juin
Au revoir les grands !

Toute l'année, retrouve dans la cantine des animations sur :

- ODYSSÉE GOO!
- À TABLE!
- C'EST FÊTE
- MISSION GASPI
- NOUVELLES RECETTES

La découverte des saveurs du monde
Les règles de vie à table
Les événements du calendrier
La chasse au gaspillage alimentaire
Les nouveautés du Chef à goûter

sodexo
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE

Une année rythmée !

Calendrier scolaire 2021-2022 www.vacances-scolaires-education.fr				ZONE A Académies de Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers		ZONE B Académies d'Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg		ZONE C Académies de Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles			
SEPTEMBRE 2021	OCTOBRE 2021	NOVEMBRE 2021	DÉCEMBRE 2021	JANVIER 2022	FÉVRIER 2022	MARS 2022	AVRIL 2022	MAI 2022	JUIN 2022	JUILLET 2022	AOÛT 2022
MER 1 35	VEN 1	LUN 1 44	MER 1	SAM 1	MAR 1 C'EST LA FÊTE 05	MAR 1 09	VEN 1	DIM 1	MER 1 22	VEN 1	LUN 1
JEU C'EST LA FÊTE	SAM 2	MAR 2	JEU NOUVELLES RECETTES	DIM 2	MER C'EST LA FÊTE	MER 2	SAM 2	LUN 2 18	JEU 2	SAM 2	MAR 2
VEN	DIM 3	MER 3	VEN NOUVELLES RECETTES	LUN 3 01	JEU C'EST LA FÊTE	JEU 3	DIM 3	MAR 3	VEN 3	DIM 3	MER 3
SAM	LUN 4 40	JEU 4	SAM 4	MAR C'EST LA FÊTE	VEN 4	VEN 4	LUN 4 14	MER 4	SAM 4	LUN 4 27	JEU 4
DIM 5	MAR NOUVELLES RECETTES	VEN 5	DIM 5	MER C'EST LA FÊTE	SAM 5	SAM 5	MAR 5	JEU 5	DIM 5	MAR 5	VEN 5
LUN 6 36	MER NOUVELLES RECETTES	SAM 6	LUN 6 49	JEU C'EST LA FÊTE	DIM 6	DIM 6	MER 6	VEN 6	LUN 6 23	MER 6	SAM 6
MAR	JEU	DIM 7	MAR NOUVELLES RECETTES	VEN 7	LUN 7 06	LUN 7 10	JEU 7	SAM 7	MAR C'EST LA FÊTE	JEU 7	DIM 7
MER	VEN 8	LUN 8 45	MER NOUVELLES RECETTES	SAM 8	MAR 8	MAR NOUVELLES RECETTES	VEN 8	DIM 8	MER C'EST LA FÊTE	VEN 8	LUN 8
JEU	SAM 9	MAR NOUVELLES RECETTES	JEU	DIM 9	JEU 10	JEU NOUVELLES RECETTES	SAM 9	LUN 9 19	JEU	SAM 9	MAR 9
VEN 10	DIM 10	MER NOUVELLES RECETTES	VEN 10	LUN 10 02	MAR 9	JEU	DIM 10	MAR NOUVELLES RECETTES	VEN 10	DIM 10	MER 10
SAM 11	LUN 11 41	JEU NOUVELLES RECETTES	SAM 11	MAR NOUVELLES RECETTES	VEN 11	VEN 11	LUN 11 15	MER NOUVELLES RECETTES	SAM 11	LUN 11	JEU 11
DIM 12	MAR ODYSSEE DU GOÛT	VEN 12	DIM 12	MER NOUVELLES RECETTES	SAM 12	SAM 12	MAR 12	JEU	DIM 12	MAR 12	VEN 12
LUN 13 37	JEU ODYSSEE DU GOÛT	SAM 13	LUN 13 50	JEU NOUVELLES RECETTES	DIM 13	DIM 13	MER 13	VEN 13	LUN 13 24	MER 13	SAM 13
MAR NOUVELLES RECETTES	VEN 15	DIM 14	MAR C'EST LA FÊTE	VEN 14	LUN 14 07	LUN 14 11	JEU 14	SAM 14	MAR NOUVELLES RECETTES	JEU 14	DIM 14
MER	SAM 16	MAR C'EST LA FÊTE	MER C'EST LA FÊTE	SAM 15	MAR 15	MAR 15	VEN 15	DIM 15	MER NOUVELLES RECETTES	VEN 15	LUN 15
JEU	DIM 17	JEU C'EST LA FÊTE	JEU C'EST LA FÊTE	DIM 16	MER 16	MER 16	SAM 16	LUN 16 20	JEU	SAM 16	MAR 16
VEN 17	LUN 18 42	MER C'EST LA FÊTE	VEN 17	LUN 17 03	JEU 17	JEU 17	DIM 17	MAR ODYSSEE DU GOÛT	VEN 17	DIM 17	MER 17
SAM 18	MAR 19	JEU C'EST LA FÊTE	SAM 18	MAR ODYSSEE DU GOÛT	VEN 18	VEN 18	LUN 18 15	MER ODYSSEE DU GOÛT	SAM 18	LUN 18	JEU 18
DIM 19	MER 20	JEU C'EST LA FÊTE	DIM 19	MER ODYSSEE DU GOÛT	SAM 19	SAM 19	MAR C'EST LA FÊTE	JEU ODYSSEE DU GOÛT	DIM 19	MAR 19	VEN 19
LUN 20 38	JEU C'EST LA FÊTE	VEN 19	LUN 20 53	JEU ODYSSEE DU GOÛT	DIM 20	DIM 20	MER C'EST LA FÊTE	VEN 20	LUN 20 25	MER 20	SAM 20
MAR NOUVELLES RECETTES	VEN 22	DIM 21	MAR C'EST LA FÊTE	VEN 21	LUN 21 08	LUN 21 12	JEU	SAM 21	MAR 21	JEU 21	DIM 21
MER	LUN 22 47	MAR C'EST LA FÊTE	MER C'EST LA FÊTE	SAM 22	MAR 22	MAR NOUVELLES RECETTES	VEN 22	DIM 22	MER 22	VEN 22	LUN 22
JEU	SAM 23	MAR C'EST LA FÊTE	JEU C'EST LA FÊTE	DIM 23	MER 23	MER NOUVELLES RECETTES	SAM 23	LUN 23 21	MER 23	VEN 23	MAR 23
VEN 24	DIM 24	MAR C'EST LA FÊTE	MER C'EST LA FÊTE	LUN 24 04	JEU 24	JEU	DIM 24	MAR 24	JEU 24	SAM 24	MER 24
SAM 25	LUN 25 43	MAR C'EST LA FÊTE	SAM 25	MAR ODYSSEE DU GOÛT	VEN 25	VEN 25	LUN 25 17	MER 25	SAM 25	LUN 25	JEU 25
DIM 26	MAR 26	JEU C'EST LA FÊTE	DIM 26	MER ODYSSEE DU GOÛT	SAM 26	SAM 26	MAR C'EST LA FÊTE	JEU 26	DIM 26	MAR 26	VEN 26
LUN 27 39	MER 27	JEU C'EST LA FÊTE	LUN 27 52	JEU NOUVELLES RECETTES	DIM 27	DIM 27	MER C'EST LA FÊTE	VEN 27	LUN 27 26	MER 27	SAM 27
MAR 28	JEU 28	MER C'EST LA FÊTE	MAR 28	VEN 28	LUN 28	LUN 28 13	JEU 28	SAM 28	MAR 28	JEU 28	DIM 28
MER 29	VEN 29	JEU C'EST LA FÊTE	MER 29	SAM 29	DIM 30	MAR 29	VEN 29	DIM 29	MER 29	VEN 29	LUN 29
JEU 30	SAM 30	MAR C'EST LA FÊTE	JEU 30	DIM 30	LUN 31	MER 30	SAM 30	LUN 30	JEU 30	SAM 30	MAR 30
DIM 31	DIM 31	MAR C'EST LA FÊTE	VEN 31	LUN 31		JEU 31	MAR 31	MAR 31	DIM 31	DIM 31	MER 31

C'EST
LA
FÊTE

2021-2022

LES ÉVÈNEMENTS DU CALENDRIER

La fête
foraine!



MENU DU JOUR

Jeudi 18 novembre 2021

Carottes râpées et crumble salés

Hot dog volaille

Pommes de terre wedge

Beignet chocolat

création et conception : Agence madamemoisieur communication(s) - Juin 2021
Sodexo Education - RCS 338 253 131 Versailles - Siège social : 6 rue de la Redoute, 78280 GUYANCOURT

C'EST
LA
FÊTE
2021-2022

LES ÉVÈNEMENTS DU CALENDRIER

Joyeuses
fêtes!

MENU DU JOUR

Jeudi 16 décembre 2021

Rillettes de saumon & pain polaire
Salade au jambon cru/orange et noix

Dinde sauce aux marrons

Mini gaufre salée et haricots verts

Bûche maison
Clémentines

création et conception : Agence madamemoisieur communication(s) - Juin 2021
Sodexo Education - RCS 338 253 131 Versailles - Siège social : 6 rue de la Redoute, 78280 GUYANCOURT

Les nouvelles recettes

- Lentille mijotée au lait
- Salade d'Edamame, semoule, carottes vinaigrette abricot
- Purée de brocolis et vache qui rit



ZOOM sur ... L'edamame (fève de soja)

Le nom edamame (prononcez « é-da-ma-mé ») provient du mot japonais eda (branche) et de mame (haricot).

Cet étonnant légume récolté en branches ressemble à un haricot mange-tout dodu dans lequel se sont formées des petites fèves de soja

Immatures, ces petites fèves sont vertes, tendres et croquantes. Une fois cuites, elles deviennent fondantes.

Caractéristiques de l'edamame:

Riche en fibres, protéines

Bonne source de glucides complexes

Teneur intéressante en vitamines et minéraux.