



# Menus **VINCENNES**

Crèches (12 à 24 mois et 2 à 4 ans)

Mars-Avril 2023

## ÉDITO

C'est bientôt le printemps ! Les fruits et légumes emblématiques d'hiver laissent place à de nouveaux produits.

Retrouvez dans les menus de votre enfant de nouvelles recettes de saison. C'est l'opportunité pour lui d'expérimenter des saveurs et textures innovantes.

Bon appétit !

**Céline MARTIN**  
Adjointe au Maire  
chargée de la Petite Enfance  
et des Seniors

**Muriel RUFFENACH**  
Conseillère municipale déléguée,  
chargée de la Petite Enfance et  
du suivi des travaux dans les crèches



## SoHappy

L'application de la restauration  
scolaire pour les familles !

Consultez les menus,  
actualités et recettes

Téléchargez l'app

Disponible sur les stores



ou sur [www.so-happy.fr](http://www.so-happy.fr)



Du 1<sup>er</sup> au 3 mars 2023

VACANCES SCOLAIRES

	ENTRÉE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER
Mer. 1 <sup>er</sup>	Salade de betteraves ●	Omelette ●	Purée de potiron <b>[potiron et pommes de terre fraîches]</b> 	Coulommiers ●	Pomme ●	Madeleine longue Petit fromage frais nature Coupelle de purée de pomme pruneaux
Jeu. 2	Chou rouge ●	Sauté de bœuf ● sauce tomate et basilic	Carottes ● Haricots blancs coco sauce tomate	Yaourt ● nature	Coupelle de purée de pommes et abricots ●	Baguette Fromage frais Tartare nature Compote sans sucre de pommes ●, 4 épices 
Ven. 3	Soupe montagnarde ● <small>(ail, carotte, céleri, oignon, poireau, pdt, crème)</small> 	Filet de merlu sauce citron 	Légumes façon Maillot ● (petits pois, carotte, haricot vert) Boulgour ●	Pont l'Evêque 	Poire ●	Barre pâtissière à partager Yaourt nature brassé Coupelle de purée de pêches

Du 6 au 10 mars 2023

	ENTRÉE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER
Lun. 6	Haricots verts ●	Omelette ●	Epinards ● hachés à la béchamel Macaroni ●	Yaourt nature ●  de Sigy	Orange ●	Madeleine longue Fromage blanc nature Coupelle de purée de pommes
Mar. 7	Endives ●	Pavé de colin d'Alaska sauce Bercy (persil, échalote) 	Brocolis ● en persillade Riz ●	Munster 	Purée de pommes et bananes ●	Baguette Chocolat noir (tablette) Yaourt nature brassé Poire
Mer. 8	Potage de légumes et tomate ● 	Rôti de veau ● au jus	Carottes ● Pommes de terre vapeur	Edam ●	Banane ●	Cake à la cannelle du chef <b>[farine locale]</b>  Petit fromage frais nature Coupelle de purée de pomme pruneaux
Jeu. 9	Fond d'artichaut	Sauté de porc* ● Emincé de dinde ● sauce tomate	Semoule Légumes couscous ●	Petit-suisse nature ●	Ananas ●	Baguette Coulommiers Purée de pomme ● parfumée fleur d'oranger 
Ven. 10	Chou blanc ●	Pavé de colin d'Alaska sauce végétale champignons crémée 	Champignons Fusilli ●	Pointe de brie ●	Coupelle de purée de pommes pêches ●	Petits beurre Yaourt nature Orange

## Du 13 au 17 mars 2023

	ENTRÉE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER
Lun. 13	Poivrons à la niçoise	Emincé de dinde ● basquaise	Riz ● Haricots verts ●	Gouda ●	Pomme ●	Pain d'épices Fromage blanc nature Coupelle de purée de pomme coing
Mar. 14	Chou-fleur ●	Sauté de bœuf ● printanier	Petits pois mijotés ● Purée de pommes de terre <small>LOCAL</small> du chef 	Fromage blanc ● 	Orange ●	Baguette Pointe de brie Coupelle de purée de pomme pruneaux
Mer. 15	Taboulé	Filet de limande sauce citron 	Brocolis ● Blé ●	Pont l'Evêque 	Banane ●	Baguette / Miel Yaourt nature Purée de pommes à la cannelle du chef 
Jeu. 16	Choux bicolores ●	Omelette ●	Carottes ● Lentilles mijotées ●	Emmental ●	Coupelle de purée de pommes ●	Corn flakes Banane Lait de croissance
Ven. 17	Potage poireaux pommes de terre ● 	Pavé de colin d'Alaska sauce aurore 	Ratatouille ● Boulgour ●	Yaourt ● nature	Poire ●	Barre pâtissière à partager Fromage blanc nature Coupelle de purée de pommes

## Du 20 au 24 mars 2023

	ENTRÉE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER
Lun. 20	Macédoine ●	Pavé de colin d'Alaska sauce fines herbes 	Courgettes ● Blé ● sauce tomate	Camembert ●	Pomme ●	Baguette Gelée de coing Yaourt nature Coupelle de purée de pêches
Mar. 21	Haricots verts ●	Emincé de dinde ● sauce tomate	Chou-fleur ● en persillade Coquillettes ●	Petit-suisse nature ●	Poire ●	Petits beurre Fromage blanc nature Coupelle de purée de pommes
Mer. 22	Soupe de pois cassés et pommes de terre 	Rôti de veau ●	Semoule ● Légumes couscous ●	Gouda ●	Orange ●	Baguette Confiture Petit fromage frais nature Coupelle de purée de poire
Jeu. 23	Carottes râpées ●	Jambon blanc* ● Jambon de dinde ●	Haricots verts ● Riz ●	Camembert ●	Purée de pommes et bananes ●	Gâteau Vendéen du chef  Yaourt nature brassé Pomme bicolore
Ven. 24	Endives ●	Hachis parmentier (pdt fraîche)  	Epinards ● hachés à la béchamel	Munster 	Ananas ●	Baguette Coulommiers Coupelle de purée de pomme pruneaux

## Du 27 au 31 mars 2023

	ENTRÉE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER
Lun. 27	Champignons persillés	Sauté de bœuf ● aux olives	Boulgour ● Brocolis ●	Fromage blanc ●	Pomme ●	Petits beurre Yaourt nature Coupelle de purée de pommes et fraises
Mar. 28	Salade de betteraves ●	Steak haché de veau ●	Carottes ● Sémoule	Pont l'Evêque 	Orange ●	Baguette Chocolat au lait (tablette) Fromage blanc nature Coupelle de purée de pommes
Mer. 29	Chou rouge ●	Filet de merlu sauce végétale champignons crémée 	Petits pois mijotés ● Riz ●	Emmental ●	Purée de pomme ● du chef 	Madeleine longue Petit fromage frais nature Poire
Jeu. 30	Potage de légumes variés ●	Pavé de colin d'Alaska 	Epinards ● hachés à la béchamel Pommes de terre vapeur	Yaourt ● nature	Banane ●	Baguette Coulommiers Coupelle de purée de pomme coing
Ven. 31	Carottes râpées ●	Jambon blanc* ● Jambon de dinde ●	Ratatouille ● Pâtes ●	Camembert ●	Coupelle de purée de pommes ●	Brownie mexicain du chef (à base de haricots rouges)  Yaourt nature brassé Purée de pommes ● parfumée à la cannelle du chef

## Du 3 au 7 avril 2023

	ENTRÉE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER
Lun. 3	Salade de betteraves ●	Filet de merlu sauce tomate 	Blé ● Carottes ●	Camembert ●	Poire ●	Barre pâtissière à partager Petit fromage frais nature Coupelle de purée de pommes
Mar. 4	Concombres en cubes ●	Steak haché de veau ●	Riz ● Courgettes ●	Edam ●	Coupelle de purée de pommes pêches ●	Baguette et beurre Yaourt nature Orange
Mer. 5	Taboulé	Emincé de bœuf ● sauce origan et tomate	Chou-fleur ● en persillade Pommes de terre vapeur	Yaourt nature ●  de Sigy	Ananas ●	Madeleine longue Fromage blanc nature Compote sans sucre de pommes ●, 4 épices 
Jeu. 6	Endives ●	Filet de limande sauce citron 	Ratatouille ● Boulgour ●	Coulommiers ●	Purée de pommes et bananes ●	Petits beurre Yaourt nature Banane
Ven. 7	Râpé de céleri ●	Jambon blanc* ● Jambon de dinde ●	Haricots verts ● Coquillettes ●	Munster 	Purée de pomme et poire ●	Baguette Confiture Petit fromage frais nature Pomme

## Du 10 au 14 avril 2023

	ENTRÉE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER
Lun. 10	FÉRIÉ					
Mar. 11	Poivrons à la niçoise	Omelette ●	Purée de betterave <b>[betteraves ●, pommes de terre ● fraîches]</b> 	Pont l'Evêque 	Coupelle de purée de pommes pêches ●	Pain d'épices Petit fromage frais nature Poire
Mer. 12	Cœur de palmier	Pavé de colin d'Alaska sauce béchamel aux épices douces 	Purée de <b>brocolis</b> ● <b>[pommes de terre fraîches]</b> 	Petit-suisse nature ● 	Pomme ●	Baguette Fromage frais Petit Cotentin Purée de pomme ● 
Jeu. 13	Salade de tomate ●	Sauté de bœuf ●	Poêlée de légumes ● (courgettes, carottes et pommes de terre) Sémoule ●	Camembert ●	Purée de pomme et poire ●	Moelleux au chocolat et pépites du chef <b>[farine locale]</b> Petit fromage frais nature Pomme
Ven. 14	Poireaux	Emincé de dinde ● Marengo (champignons, oignons, tomate)	Blettes persillées Riz ●	Edam ●	Banane ●	Baguette Chocolat noir (tablette) Fromage blanc nature Coupelle de purée de pommes

## Du 17 au 21 avril 2023

	ENTRÉE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER
Lun. 17	Salade de pâtes, échalote et poivrons	Sauté de bœuf ● tomate et basilic	Chou-fleur ● en persillade Boulgour ●	Emmental ●	Poire ●	Petits beurre Yaourt nature Coupelle de purée de pêches
Mar. 18	Macédoine ●	Steak haché de veau ●	Epinards ● hachés à la béchamel Fusilli ●	Coulommiers ●	Orange ●	Baguette Coulommiers Coupelle de purée de pomme pruneaux
Mer. 19	Concombres en cubes ●	Filet de merlu 	Courgettes ● Riz ●	Petit-suisse nature ●	Coupelle de purée de pommes pêches ●	Barre pâtissière à partager Fromage blanc nature Banane
Jeu. 20	Endives ●	Emincé de dinde ● Sauce tomate	Légumes couscous ● Sémoule ●	Yaourt ● nature	Purée de pommes ● parfumée à la cannelle du chef 	Baguette Coupelle de gelée de groseille Petit fromage frais nature Poire
Ven. 21	Salade de tomate ●	Pavé de colin d'Alaska 	Purée de <b>brocolis</b> ● <b>[pommes de terre fraîches]</b> 	Pont l'Evêque 	Coupelle de purée de pommes ●	Baguette et beurre Yaourt nature Compote sans sucre de pommes ●, 4 épices 

	ENTRÉE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER
Lun. 24	Champignons persillés	Steak haché de veau ●	Boulgour ● Harcots verts ●	Munster 	Pomme ●	Baguette Chocolat au lait (tablette) Petit fromage frais nature Coupelle de purée de poire
Mar. 25	Salade de tomate ●	Filet de cabillaud sauce crème aux herbes 	Gratin de brocolis ● Pommes de terre vapeur	Fromage blanc ●	Coupelle de purée de pommes et abricots ●	Corn flakes Orange Lait de croissance
Mer. 26	Haricot vert ●	Daube de bœuf ● à la provençale	Carottes ● Coquillettes	Coulommiers ●	Banane ●	Cake nature du chef <b>[farine locale]</b> Fromage blanc nature Coupelle de purée de pommes 
Jeu. 27	Chou-fleur ●	Filet de merlu sauce façon parmentière [champignon, crème, estragon, oignon, pdt] 	Purée de <b>courgettes</b>  [pommes de terre fraîches] 	Yaourt ● nature	Ananas ●	Baguette Camembert Coupelle de purée de pêches
Ven. 28	Carottes râpées ●	Omelette ●	Ratatouille ● Riz	Emmental ●	Coupelle de purée de pommes ●	Madeleine longue Yaourt nature Purée de pomme ● du chef 

\*Plat à base de porc.  
Plat de remplacement.



Bonnes Vacances  
de printemps !