



La famille Gautier cultive plus de 60 ha de pommiers



De la purée de fruits certifiée HVE qui lutte contre le gaspillage !

La Haute Valeur Environnementale (HVE) est une **certification française des exploitations agricoles** créée en 2012 à la suite du Grenelle de l'environnement. Elle garantit que les pratiques de l'exploitation **préservent l'écosystème et réduisent au minimum son impact sur l'environnement** (sol, eau, biodiversité...). Au Syrec, les compotes et purées de fruit certifiées HVE servies sont commercialisées sous la marque **Les Producteurs d'abord** du groupe Elabor. Celle-ci a été lancée dans la Sarthe par **la famille Gautier**, productrice de pommes depuis 1948, pour **lutter contre le gaspillage**. Ainsi, père et fils **transforment aujourd'hui en jus et compotes les 15% de fruits refusés par la distribution traditionnelle** pour des raisons purement esthétiques.



Leurs produits sont vendus aux collectivités et particuliers

Lundi 3

Mardi 4

Mercredi 5

Jeudi 6

Vendredi 7

Élémentaires

Tomate ** ~ mozzarella
Sauté de bœuf sauce gardiane
Omelette
Petits pois à la française
Semoule au lait

Salade de pommes de terre au thon
Quenelles **sauce milanaise**
Carottes Vichy
Chanteneige **
Fruit **

Melon jaune
Sauté de dinde aux olives
Filet de lieu sauce parisienne
Riz aux petits légumes
Samos
Crème à la vanille

Salade iceberg
Filet de poisson meunière ~ citron
Purée de brocolis
Vache qui rit
Compote de poire

Spaghetti
sauce carottes, champignons, crème
Yaourt nature **
Fruit **

Maternelles

Tomate ** ~ mozzarella
Sauté de bœuf sauce gardiane
Petits pois à la française
Semoule au lait

Salade de pommes de terre au thon
Quenelles **sauce milanaise**
Carottes Vichy
Chanteneige **
Fruit **

Melon jaune
Sauté de dinde aux olives
Riz aux petits légumes
Samos
Crème à la vanille

Salade iceberg
Filet de poisson meunière ~ citron
Purée de brocolis
Vache qui rit
Compote de poire

Spaghetti
sauce carottes, champignons, crème
Yaourt nature **
Fruit **

Goûter : baguette, chocolat, fruit

Goûter : beignet aux pommes, lait

Goûter : cake pépites de chocolat, fruit, jus

Goûter : pain céréales, confiture, fruit

Goûter : baguette, Vache qui rit , jus

Produit ou ingrédient issu de l'**agriculture biologique**

Plat maison conçu et mitonné au Syrec

Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

Produit ou ingrédient **AOP** ou **IGP**

Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont **d'origine française**

Viande **Label Rouge française**

Produit **Fermier**

Issu du **commerce équitable**

Produit certifié **HVE**

La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles
Assaisonnement à part

Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires



Cette semaine les glaces font leur grand retour !

Jeudi, les enfants dégusteront leur **première glace de la saison**. Savez-vous que les sorbets et crèmes glacées ont été inventés bien avant les congélateurs ? Dans l'**Antiquité**, les empereurs perses faisaient descendre des montagnes de la glace qui était conservée dans des puits très profonds. On y mélangeait déjà **du lait ou de la crème, du miel, des fruits pressés**, etc. Longtemps réservées à la noblesse, Les glaces se sont **popularisées à la fin du XIX^e siècle** et ont commencé à **se vendre en cornet dans les années 1900**. Il en existe pour tous les goûts : crèmes glacées à base de lait comme les **milk-shakes** américains et les **gelati** italiennes, **sorbets** à base de fruit et d'eau, etc. La saison des glaces, c'est **un festival de couleurs et de parfums !**

Élémentaires

Maternelles

Lundi 10

Tomate **
Brandade de poisson
Salade verte
Saint Môrêt **
Purée de fraise

Mardi 11

Œufs durs ~ mayonnaise
Gnocchis à la crème ~ emmental râpé
Ratatouille
Petit suisse
Fruit **

Mercredi 12

Melon vert
Sauté de veau Marengo
Pavé de colin sauce curry
Riz ~ épinards à la crème
Fromage blanc aux fruits

Jeudi 13

Concombre **
Tortelloni tomate ~ mozzarella
Gouda **
Glace fusée

Vendredi 14

Chipolatas de volaille
Saucisses végétales
Haricots verts
Pommes de terre
Yaourt **
Fruit

Tomate **
Brandade de poisson
Salade verte
Saint Môrêt **
Purée de fraise

Œufs durs ~ mayonnaise
Gnocchis à la crème ~ emmental râpé
Ratatouille
Petit suisse
Fruit **

Melon vert
Sauté de veau Marengo
Riz ~ épinards à la crème
Fromage blanc aux fruits

Concombre **
Tortelloni tomate ~ mozzarella
Gouda **
Glace fusée

Chipolatas de volaille
Haricots verts
Pommes de terre
Yaourt **
Fruit

Goûter : viennoise au chocolat, fruit

Goûter : baguette, carré frais, lait

Goûter : galette bretonne, lait, fruit

Goûter : baguette, confiture, fruit

Goûter : moelleux chocolat, jus

Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique

Plat maison conçu et mitonné au Syrec

Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

Produit ou ingrédient AOP ou IGP

Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

Viande Label Rouge française

Produit Fermier

Issu du commerce équitable

Produit certifié HVE

La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles
Assaisonnement à part



Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires



Apports en sucres lents : l'embaras du choix

Céréales, féculents et légumes secs : varions les plaisirs !

Les céréales, féculents et légumes secs sont **essentiels à l'équilibre alimentaire**. Riches en fibres et en protéines, ils fournissent **de l'énergie sur la durée**, d'où leur appellation de **sucres lents**. En consommer à chaque repas évite les fringales et cela tombe bien : il existe assez de possibilités pour ne pas se lasser ! Par exemple, le Syrec commence la semaine avec un service de **boulgour bio**. Mardi, c'est le **pain** du croque-fromage qui apporte les glucides complexes, puis, mercredi, des **potatoes**. Enfin, la semaine se termine avec du **riz bio** jeudi, et des **pâtes bio** vendredi. **Le riz** est la céréale la plus consommée dans le monde avec environ **500 millions de tonnes par an**, très loin devant les **17 millions de tonnes** de **pâtes alimentaires** consommées !



Le riz est la céréale la plus consommée dans le monde

Lundi 17

Menu bio

Émincé de bœuf 🏠🌱🍷 sauce basquaise 🏠
Omelette 🌱🍳
Boulgour 🌱🍷
Courgettes persillées 🌱🏠
Chanteneige 🌱**
Fruit 🌱**

Mardi 18

Salade de pommes de terre 🌱🍷 au thon 🏠
Croque fromage
Salade iceberg
Fruit 🌱🍷**

Mercredi 19

Carottes râpées 🌱🍷 au miel 🏠
Poulet rôti 🍷🏠 ~ sauce béarnaise
Calamars à la romaine ~ sauce béarnaise
Pommes de terre vapeur persillées
Comté 🍷**
Mousse au chocolat

Jeudi 20

Pastèque
Poisson pané cornflakes ~ citron
Ratatouille ~ Riz 🌱🏠
Yaourt 🌱🍷** ~ sucre
Petit pot de glace vanille chocolat

Vendredi 21

Salade de cœurs de palmier ~ maïs 🏠
Penne 🌱🏠
sauce trois fromages 🏠
Petit suisse aromatisé
Fruit

Élémentaires

Menu bio

Émincé de bœuf 🏠🌱🍷 sauce basquaise 🏠
Boulgour 🌱🍷
Courgettes persillées 🌱🏠
Chanteneige 🌱**
Fruit 🌱**

Salade de pommes de terre 🌱🍷 au thon 🏠
Croque fromage
Salade iceberg
Fruit 🌱🍷**

Carottes râpées 🌱🍷 au miel 🏠
Poulet rôti 🍷🏠 ~ sauce béarnaise
Pommes de terre vapeur persillées
Comté 🍷**
Mousse au chocolat

Pastèque
Poisson pané cornflakes ~ citron
Ratatouille ~ Riz 🌱🏠
Yaourt 🌱🍷** ~ sucre
Petit pot de glace vanille chocolat

Salade de cœurs de palmier ~ maïs 🏠
Penne 🌱🏠
sauce trois fromages 🏠
Petit suisse aromatisé
Fruit

Maternelles

Goûter : pain au chocolat, lait

Goûter : Prince, jus de pomme

Goûter : baguette, confiture, fruit

Goûter : pain céréales, beurre, fruit

Goûter : viennoise chocolat, sirop grenadine

Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique

Plat maison conçu et mitonné au Syrec

Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

Produit ou ingrédient AOP ou IGP

Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

Viande Label Rouge française

Produit Fermier

Issu du commerce équitable

Produit certifié HVE

La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

? **Détail des plats composés :**
Potage Crécy : carotte, pomme de terre, crème

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles
Assaisonnement à part

Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires



Le logo des « JP » s'est animé pour la parade de Tokyo 2020

Les Jeux Paralympiques Paris 2024, c'est cet été !

Les Jeux Paralympiques sont une **compétition internationale multisports** similaire aux « JO » réservée aux **athlètes atteints de handicap** physique, visuel ou mental. L'édition Paris 2024 se déroulera **du 28 août au 8 septembre** : douze jours de fête pendant lesquels le monde entier célébrera **les performances d'athlètes d'exception !** Côté France, nous supporterons sans hésitation **Heïdi Gaugain, jeune coureuse cycliste** de 20 ans au palmarès déjà hors norme. Née sans avant-bras gauche, elle est la **première athlète handisport à devenir championne du monde chez les valides** en remportant les **championnats sur piste juniors en 2022 !** En décembre 2023, le journal l'Équipe l'a désignée « **Championne des champions para France** ».



Heïdi, médaillée d'or aux Mondiaux du paracyclisme 2023

Lundi 24

Mardi 25

Mercredi 26

Jeudi 27

Vendredi 28

Élémentaires

Salade de maïs et tomates 🍷
Dahl de lentilles 🍷🌱🍷
Riz 🍷🍷
Gouda 🍷**
Fruit 🍷**

Pavé de colin à la bretonne 🍷
Printanière de légumes 🍷
Vache qui rit 🍷**
Fruit 🍷**

Melon jaune
Rôti de bœuf 🍷🍷🍷 ~ cornichons
Sardines à l'huile
Taboulé 🍷 aux petits légumes 🍷
Coulommiers
Purée de pomme 🍷🍷

Menu spécial Délégation Française

Concombre 🍷**
Steak haché 🍷
Pané de blé épinards
Frites ~ ketchup
Yaourt 🍷**
Paris-Brest

Œufs durs 🍷🍷 ~ mayonnaise
Lasagnes de légumes ~ emmental
Salade verte
Fruit

Maternelles

Salade de maïs et tomates 🍷
Dahl de lentilles 🍷🌱🍷
Riz 🍷🍷
Gouda 🍷**
Fruit 🍷**

Pavé de colin à la bretonne 🍷
Printanière de légumes 🍷
Vache qui rit 🍷**
Fruit 🍷**

Melon jaune
Rôti de bœuf 🍷🍷🍷 ~ cornichons
Taboulé 🍷 aux petits légumes 🍷
Coulommiers
Purée de pomme 🍷🍷

Menu spécial Délégation Française

Concombre 🍷**
Steak haché 🍷
Frites ~ ketchup
Yaourt 🍷**
Paris-Brest

Œufs durs 🍷🍷 ~ mayonnaise
Lasagnes de légumes ~ emmental
Salade verte
Fruit

Goûter : gaufre au sucre, compote

Goûter : pain céréales, pâte à tartiner, jus

Goûter : quatre-quarts, lait, fruit

Goûter : baguette, beurre, fruit

Goûter : Viennoise nature, jus

Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique

Plat maison conçu et mitonné au Syrec

Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

Produit ou ingrédient AOP ou IGP

Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

Viande Label Rouge française

Produit Fermier

Issu du commerce équitable

Produit certifié HVE

La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles
Assaisonnement à part

Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires