



Jeudi 3 octobre, c'est Le Grand Repas !

Le concept de cet **événement national** est simple : il s'agit, une fois par an et le même jour, de **féderer les acteurs de la restauration collective et traditionnelle** pour que soit **proposé aux citoyens d'un même territoire un menu unique**. Celui-ci est élaboré et conçu par une marraine ou un parrain **Chef local**, à partir de **produits de saison, locaux et/ou en circuit court**. « **Mangeons bon, mangeons bien** », tel est le message que veut porter le Grand Repas en prônant une cuisine durable et locale qui se pense **contre le gaspillage** et se pose en **alliée de la santé publique**. Ces valeurs sont **au cœur de notre mission de service publique** et les équipes du Syrec sont ravis de participer à nouveau à ce défi collectif d'envergure !



Le Chef réunionnais Claude Pothin, parrain national 2024

Élémentaires

Maternelles

Lundi 30

Salade de lentilles
Filet de lieu sauce cajun
Carottes à l'ail
Chanteneige **
Fruit **

Salade de lentilles
Filet de lieu sauce cajun
Carottes à l'ail
Chanteneige **
Fruit **

Goûter : croissant, lait chocolaté

Mardi 1^{er}

Menu bio

Tomate **
Galette épautre ~ légumes
Gratin chou-fleur ~ pommes de terre
Compote de pomme

Menu bio

Tomate **
Galette épautre ~ légumes
Gratin chou-fleur ~ pommes de terre
Compote de pomme

Goûter : viennoise, fruit

Mercredi 2

Macédoine de légumes
Steak haché sauce chasseur
Pané de blé aux épinards
Rôstis de légumes
Petit suisse aromatisé
Fruit

Macédoine de légumes
Steak haché sauce chasseur
Rôstis de légumes
Petit suisse aromatisé
Fruit

Goûter : cake pépites de chocolat, lait

Jeudi 3

Le Grand Repas 2024

Carottes râpées aux 3 couleurs
vinaigrette agrumes ~ huile d'olive
Émincé de poulet aux châtaignes
Dahl de lentilles aux châtaignes
Yaourt nature **
Cake au citron

Le Grand Repas 2024

Carottes râpées aux 3 couleurs
vinaigrette agrumes ~ huile d'olive
Émincé de poulet aux châtaignes
Yaourt nature **
Cake au citron

Goûter : baguette, Vache-qui-rit , jus

Vendredi 4

Melon jaune **
Coquillettes
sauce trois fromages
Purée de fraise
Madeleine

Melon jaune **
Coquillettes
sauce trois fromages
Purée de fraise
Madeleine

Goûter : pain complet, confiture, fruit

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



Le dahl s'associe très bien avec le riz basmati

Dahl de lentilles façon Syrec

Ingrédients pour 4 personnes :

- 300g de lentilles vertes ou corail
- 2 oignons, 2 gousses d'ail
- 2cm de gingembre frais
- 500ml de lait de coco, 1 bouillon cube
- 400g de concassé de tomate
- Coriandre, cumin, curcuma et curry moulus

1. Dans une grande sauteuse, faire revenir les oignons ciselés dans un peu d'huile.
2. Quand ils commencent à dorer, ajouter l'ail et le gingembre hachés très fins ou pressés, et 1 cuillère à café de chaque épice moulue (coriandre, cumin, curcuma, curry).
3. Lorsque les oignons sont cuits, ajouter les lentilles, bien mélanger.
4. Ajouter le concassé de tomate, le lait de coco, 1/2 litre d'eau bouillante et le bouillon émietté. Saler, poivrer et mélanger à nouveau.
5. Porter à ébullition à feu moyen, puis laisser mijoter ± 20 minutes à feu doux en remuant régulièrement. Goûter et ajuster l'assaisonnement si nécessaire en fin de cuisson.

Lundi 7

Mardi 8

Mercredi 9

Jeudi 10

Vendredi 11

Élémentaires

Concombre
Dahl de lentilles
Riz
St Paulin
Crème au chocolat

Blanquette de veau à l'ancienne
Omelette
Pommes forestines
Fromage blanc
Fruit

Salade de pâtes basilic ~ fromage
Escalope de volaille viennoise
Pépite de colin pané
Printanière de légumes
Fruit

Carottes râpées à l'orange
Tortilla pommes de terre ~ oignons
Épinards à la crème
St Môret
Compote de poire

Croustillant fromager
Petits pois à la française
Yaourt
Fruit

Maternelles

Concombre
Dahl de lentilles
Riz
St Paulin
Crème au chocolat

Blanquette de veau à l'ancienne
Pommes forestines
Fromage blanc
Fruit

Salade de pâtes basilic ~ fromage
Escalope de volaille viennoise
Printanière de légumes
Fruit

Carottes râpées à l'orange
Tortilla pommes de terre ~ oignons
Épinards à la crème
St Môret
Compote de poire

Croustillant fromager
Petits pois à la française
Yaourt
Fruit

Goûter : quatre-quarts, lait, fruit

Goûter : gaufre, sirop

Goûter : baguette, beurre, lait

Goûter : viennoise chocolat, fruit

Goûter : baguette, confiture, 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



La Tropézienne et le Paris-Brest font partie des gâteaux à la crème préférés des Français !

Une farandole de desserts pour la Semaine du Goût !

C'est la Semaine du Goût ! Pour cette édition, nous avons choisi de régaler les gourmands en proposant **une farandole de desserts**. La **Tropézienne** du lundi est un gâteau brioché à la crème créé par le pâtissier **Alexandre Micka** d'après une recette toujours secrète de sa grand-mère polonaise. Le **Paris-Brest** du mardi été conçu par le pâtissier **Louis Durand** en hommage à une course cycliste du même nom, d'où sa forme inspirée d'une roue. Ensuite, les enfants dégusteront une **tarte Bourdaloue**, cousine de l'amandine inventée par **Nicolas Bourgoïn**, puis un **gâteau basque traditionnel** popularisé par la pâtissière **Mariane Hirigoyen**. Enfin, la semaine s'achèvera sur la légèreté et la fraîcheur d'un **fromage blanc au coulis de fruits rouges**.

Lundi 14

Mardi 15

Mercredi 16

Jeudi 17

Vendredi 18

Élémentaires

Omelette
Ratatouille ~ mélange 3 céréales
Bûche de chèvre **
Tropézienne

Tomate ~ mozzarella
Colin sauce moutarde
Purée de potimarron
Paris-Brest

Potage poireaux ~ pommes de terre
Poulet rôti
Filet de poisson meunière - citron
Tomme
Tarte Bourdaloue

Concombre **
Sauté de bœuf aux olives
Pané de blé aux épinards
Gratin courgettes ~ pommes de terre
Gâteau basque

Œufs durs ~ mayonnaise
Pizza bolognaise végétale aux légumes
Salade verte
Fromage blanc au coulis de fruit rouge

Maternelles

Omelette
Ratatouille ~ mélange 3 céréales
Bûche de chèvre **
Tropézienne

Tomate ~ mozzarella
Colin sauce moutarde
Purée de potimarron
Paris-Brest

Potage poireaux ~ pommes de terre
Poulet rôti
Tomme
Tarte Bourdaloue

Concombre **
Sauté de bœuf aux olives
Gratin courgettes ~ pommes de terre
Gâteau basque

Œufs durs ~ mayonnaise
Pizza bolognaise végétale aux légumes
Salade verte
Fromage blanc au coulis de fruit rouge

Goûter : brioche au chocolat, jus

Goûter : quatre-quarts, fruit, lait

Goûter : baguette, confiture, fruit

Goûter : viennoise, jus, fruit

Goûter : pain complet, pâte à tartiner, sirop

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)

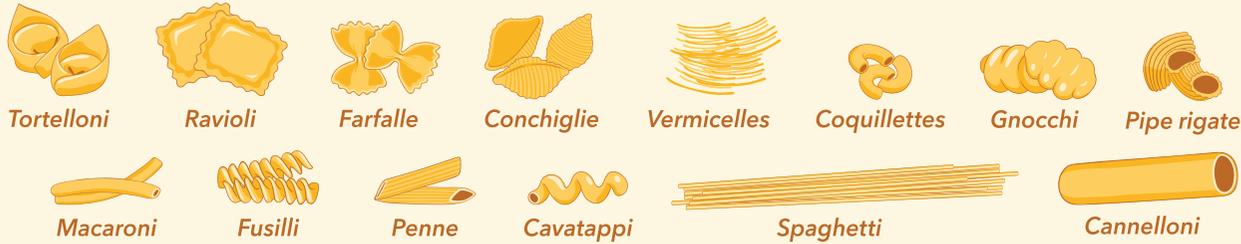
** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles
Assaisonnement à part

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



Vacances scolaires



Le 25 octobre, c'est la journée mondiale des pâtes !

Si les pâtes sont ainsi célébrées, c'est qu'elles se dégustent **partout dans le monde**. Les plus consommées en France sont **les pâtes sèches originaires d'Italie**. Elles sont fabriquées à partir de semoule de blé dur, d'eau et éventuellement d'œufs. **Spaghetti, fusilli, penne, farfalle** : les pâtes italiennes se déclinent en **une grande variété de formes**, chacune étant adaptée à des plats ou sauces spécifiques. Certaines sont déjà farcies, comme les **raviolis** et les **tortelloni**, ou à garnir, comme les **cannelloni**.

Lundi 21

Mardi 22

Mercredi 23

Jeudi 24

Vendredi 25

Élémentaires

Taboulé aux petits légumes
Émincé de volaille sauce suprême
Omelette
Haricots verts à la portugaise
Comté **
Fruit

Carottes râpées au miel
Filet de colin à la milanaise
Petit pois à la française
Fromage blanc aromatisé

Potage Saint-Germain
Tortelloni sauce tomate
Yaourt nature
Fruit

Tomate ~ vinaigrette au basilic
Émincé de bœuf sauce Marengo
Croustillant au fromage
Riz créole
Purée de pommes poires

Croque-fromage
Frites
Vache-qui-rit **
Fruit

Maternelles

Taboulé aux petits légumes
Émincé de volaille sauce suprême
Haricots verts à la portugaise
Comté **
Fruit

Carottes râpées au miel
Filet de colin à la milanaise
Petit pois à la française
Fromage blanc aromatisé

Potage Saint-Germain
Tortelloni sauce tomate
Yaourt nature
Fruit

Tomate ~ vinaigrette au basilic
Émincé de bœuf sauce Marengo
Riz créole
Purée de pommes poires

Croque-fromage
Frites
Vache-qui-rit **
Fruit

Goûter : viennoise au chocolat, jus

Goûter : madeleines, lait, fruit

Goûter : baguette, confiture, jus

Goûter : gaufre au sucre, fruit

Goûter : quatre-quarts, lait chocolaté

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

Potage Saint-Germain : pois cassés, bouillon de légumes

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

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



Vacances scolaires

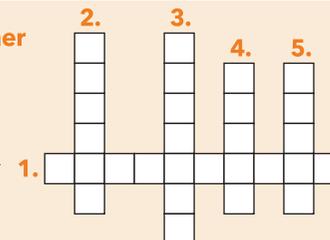
Des petits jeux à faire peur !



Une cucurbitacée à sculpter

- Mon premier se situe entre 5 et 7
- Mon second est synonyme de peur
- Mon tout est la star d'Halloween !

Des mots croisés pour pétotcher



Une silhouette dans la nuit

Je suis le seul mammifère sachant voler.
Je passe presque tout mon temps la tête en bas.
Je suis un insectivore très utile à l'environnement.
J'ai inspiré à la fois les vampires... et Batman !
Je suis...

Réponses dans l'ordre des jeux : 1. citrouille (6 - trouille) ; 2. zombille ; 3. fantôme ; 4. momie ; 5. toile ; Je suis la chauve-souris !

Lundi 28

Mardi 29

Mercredi 30

Jeudi 31

Vendredi 1^{er}

Élémentaires

Salade iceberg aux dés d'emmental
Couscous poisson 🍲
Semoule 🍲
Légumes couscous 🍲
Purée de pomme 🍲

Omelette 🍳
Pommes rissolées 🍏
Brie 🧀
Fruit 🍎

Sardines à l'huile 🐟
Spaghetti 🍝 ~ gruyère
sauce du Chef 🍲
Chanteneige 🍷
Fruit 🍎

Menu spécial Halloween

Carottes râpées à l'orange 🍲
Filet de lieu sauce curry 🍲
Purée de potiron 🍲
Mimolette 🧀
Brownie chocolat et crème anglaise 🍰

Férialé

Maternelles

Salade iceberg aux dés d'emmental
Couscous poisson 🍲
Semoule 🍲
Légumes couscous 🍲
Purée de pomme 🍲

Omelette 🍳
Pommes rissolées 🍏
Brie 🧀
Fruit 🍎

Sardines à l'huile 🐟
Spaghetti 🍝 ~ gruyère
sauce du Chef 🍲
Chanteneige 🍷
Fruit 🍎

Menu spécial Halloween

Carottes râpées à l'orange 🍲
Filet de lieu sauce curry 🍲
Purée de potiron 🍲
Mimolette 🧀
Brownie chocolat et crème anglaise 🍰

Férialé

Goûter : Prince, compote, fruit

Goûter : pain au chocolat, lait

Goûter : pain céréales, confiture, jus

Goûter : gaufre au sucre, fruit

Goûter : quatre-quarts, lait chocolaté

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)

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