

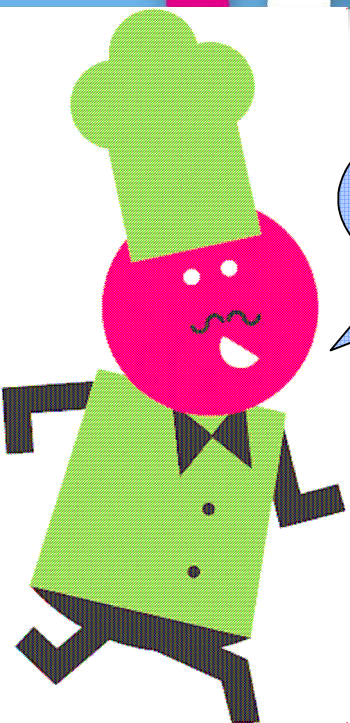
Les marqueurs
Menus Cuisto Rigolo
GEMRCN
Septembre-Octobre 2010

CUISTO
rigolo

par *sodexo*

sodexo

Faire de chaque jour un jour meilleur



Les menus
Cuisto Rigolo,
c'est ...

- Des **repas équilibrés** et **attrayants**, adaptés à l'âge des consommateurs
- Des **nouvelles recettes** et des **plats régionaux**
- Des menus conformes aux **recommandations nutritionnelles** en vigueur et qui respectent le rythme des **saisons**
- Des **engagements nutritionnels** sur les plats et les produits proposés

■ Dans chaque cycle de 8 semaines de menus Cuisto Rigolo, sont intégrés :

- ▲ **5 à 10 nouvelles recettes**, avec pour objectif de développer en permanence des recettes attractives à base de fruits et légumes, d'apporter de la nouveauté
- ▲ Un **plat végétarien** et/ou sans viande
- ▲ Un plat en **Décrochage Régional**
- ▲ Un laitage accompagné de **sucre issu du Commerce Equitable**
- ▲ Des recettes de **desserts « élaborés »** en cuisine centrale
- ▲ Des desserts de fruits en remplacement des compotes

- Elaboration des menus à partir de **deux cycles de base** de 8 semaines (plan alimentaire et menus) par un groupe de travail constitué d'experts culinaire, nutritionnel et technique (cuisinier, diététicien, responsable d'exploitation...) dans un cadre économique défini.
- Le cycle de menus **Cuisto Rigolo** est conforme à la recommandation nutrition du GEMRCN du 4 mai 2007.
- Rotation du cycle sur l'année et amélioration continue de l'offre grâce à la prise en compte des remontées du terrain

Les infos de CUISTO rigolo

Les incontournables des menus

- Un maximum de **plat plaisir** par semaine,
- Un **plat complet** au minimum par semaine
- Un **dessert plaisir** au minimum par semaine

sodexo

En direct de la cuisine
En direct de l'école
Régimes & allergies
En direct de la cuisine
En direct de l'école
Régimes & allergies
En direct de la cuisine

■ Des recettes attractives à base de légumes et de fruits :

▲ **Compote crémeuse pomme-caramel**, au menu du 14 septembre

▲ **Clafoutis pomme**, au menu du 27 octobre 2010

**Intégration
systématiques des
recommandations du
PNNS tout en alliant
santé et plaisir !**

■ Des recettes de saison :

▲ Gratin d'aubergines, au menu du 15 septembre 2010

▲ Ratatouille, au menu du 3 septembre

■ Les plats plaisir :

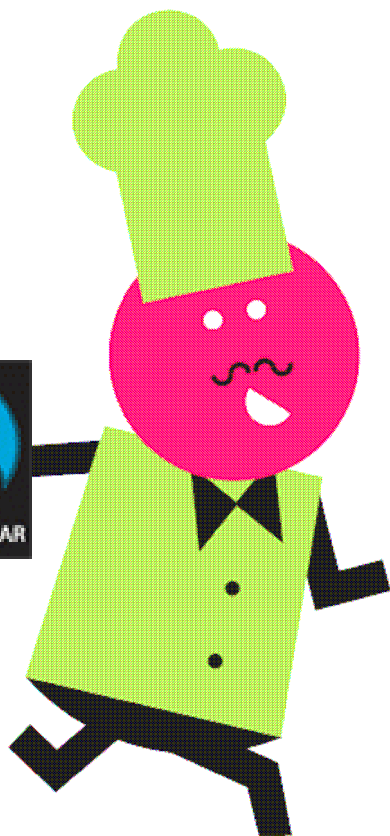
▲ Au menu le 28 septembre, **Milk shake à la vanille**

▲ **Brandade au saumon**, prévu le 7 septembre



- Fromage blanc et sucre issu du Commerce Equitable,

prévu au menu du 3 septembre



- Décrochage régional

au menu du lundi 12 octobre



■ Le plat végétarien :

La moussaka végétarienne

prévue au menu du 8 octobre 2010



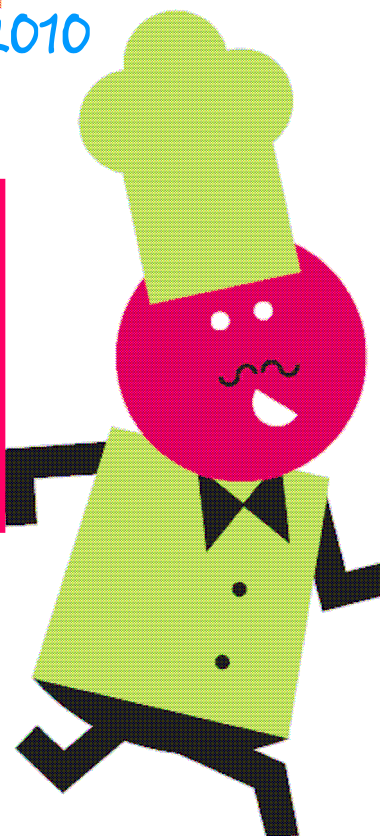
■ A l'occasion de la semaine du goût, découvrez :

Les herbes aromatiques

prévues du 11 au 15 octobre 2010



- ▲ Basilic
- ▲ Persil
- ▲ Sauge
- ▲ Ciboulette



● Jeudi 23 septembre 2010



« Un jour au verger »

- Salade verte aux radis et aux noix
- Aiguillette de poulet sauce aux figues
- Gratin de pommes de terre
- Tarte aux pommes à l'ancienne
 - ▲ et jus de pommes





- Jeudi 14 octobre 2010

« Un jour au potager »



- Dips de carottes et crème de chou-fleur à la ciboulette
- Bœuf aux champignons
- Chifferis Rigati au potiron
- Poire, caramel et amandes

