



Le bon goût à l'heure du déjeuner

À midi, il est essentiel que chaque écolier thiaisien puisse bénéficier d'un repas équilibré et goûtu. Le déjeuner permet en effet d'alimenter les muscles et le cerveau en énergie : il apporte au corps les éléments nutritifs essentiels à la réalisation de ses tâches quotidiennes, mentales ou physiques. C'est pour cela qu'avec l'équipe municipale, nous avons choisi de confier la préparation du déjeuner, dans la cuisine centrale mise à sa disposition, à une équipe de professionnels aguerris engagés à suivre

un cahier des charges strict : viandes Label Rouge et bio certifiées Qualité France, légumes bio venant d'Île-de-France (carottes, pommes de terre, betteraves, choux...), poissons certifiés MSC, fruits et légumes frais pour les crudités respectant la saisonnalité, fromages riches en calcium, pain fabriqué artisanalement par un boulanger local, pâtisseries à base de produits frais, sans conservateur et sans aucun additif (ni colorants, ni stabilisateurs)... Par ailleurs, je rappelle que l'accès au service de restauration municipale est ouvert à tous les enfants thiaisien dans toutes les écoles municipales, et que son coût varie en fonction du quotient familial.

Enfin, avec Virginie Leurin-Marcheix, Adjointe chargée de la restauration scolaire, nous veillons à ce que la Ville contribue à l'éveil des écoliers en matière de nourriture, en leur proposant régulièrement des animations autour des bienfaits d'un petit-déjeuner équilibré, ou des repas thématiques lors de la semaine du goût dont vous découvrirez les menus sur ce dépliant.



Virginie Leurin-Marcheix
Adjointe au Maire chargée de l'Enfance et de l'Enseignement, de la Restauration scolaire, des Garderies et des Écoles élémentaires



Richard DELL'AGNOLA
Maire de Thiais,
Vice-Président
de la Métropole du Grand Paris

tous fous du goût et des sauces

LUNDI 10 OCTOBRE

BETTERAVES, SAUCE PASSION
(MOUTARDE, HUILE, PURÉE DE FRUIT DE LA PASSION)
GRATIN CAMPAGNARD
(POMMES DE TERRE, LENTILLES ET CURRY)
YAOURT NATURE ET SUCRE FRUIT

Le **fruit de la passion**, aussi nommé maracudja, est une espèce de plante grimpante originaire de Colombie, du Venezuela, du Paraguay, du Brésil et du nord-est de l'Argentine. Seuls le jus et la pulpe du fruit sont consommés : frais ou préparés en salade, mousse, sorbet, cocktail, jus ou sirop.

MARDI 11 OCTOBRE

CHOU-FLEUR, SAUCE COCKTAIL
ESCALOPE DE DINDE, SAUCE ESTRAGON
CAROTTE ET BLÉ
TOMME BLANCHE
COMPOTE POMME-ANANAS

L'**estragon** est originaire d'Eurasie et d'Amérique du Nord. Les Arabes assaisonnaient leurs plats avec cette plante aromatique de la famille des asteracées. On suppose que ce sont les marchands d'épices et les croisés qui apportèrent la plante herbacée en Europe.

MERCREDI 12 OCTOBRE

ŒUFS DURS ET SAUCE TARTARE
(MAYONNAISE, CÂPRES, ÉCHALOTE, CIBOULETTE, CORNICHONS)
SAUTÉ DE BŒUF, SAUCE BOURGUIGNON
SALSIFIS À LA TOMATE
FROMAGE FRAIS NATURE ET SUCRE
POMME AU FOUR

On attribue généralement la **sauce tartare** aux Tatares (sans le "r"). Au XIX^e siècle, de nombreux chefs français étaient employés par les nobles russes qui vivaient dans les steppes eurasiennes, les Tatares, qui étaient friands de poisson froid. Ils aimaient le déguster avec une sauce mixte à base de mayonnaise, accompagnée d'autres ingrédients russes.

tous fous du goût et des sauces

JEUDI 13 OCTOBRE

RADIS AU TZATZIKI
CHIPOLATAS ET KETCHUP DU CHEF
HARICOTS VERTS PERSILLÉS
SAINT-PAULIN
MOËLLEUX VANILLE, COULIS MIRABELLE



MENTHE



ÉCHALOTE



ESTRAGON



BASILIC

Le **tzatziki** est un mezzé (petit plat) grec et turc à base de menthe qui peut être utilisé comme sauce ou comme entrée. Le mot serait dérivé du turc cacik qui désigne une sorte de condiment. La recette turque est souvent plus liquide que la recette grecque. À Chypre, le tzatziki est aussi appelé talatouri par les Chypriotes grecs.

VENDREDI 14 OCTOBRE

SALADE VERTE ET MAÏS
VINAIGRETTE À LA MOUTARDE
MOULES, SAUCE BASILIC
FRITES
VACHE QUI RIT BIO
PANNA COTTA À LA VANILLE

Les graines de **moutarde** contiennent des molécules de sinigrine et de myrosine. Sous l'effet du broyage et du mélange avec l'eau au cours de la préparation de la moutarde, une réaction chimique crée une molécule organo-sulfurée qui, lors du passage de la moutarde dans la bouche, entre en contact avec les cellules sensorielles de la langue, ce qui donne du goût.

Tous fous
DU GOÛT !



2 0 0 0
ÉCOLIERS
DÉCOUVRENT
LES SAUCES
DANS LES
RESTAURANTS
SCOLAIRES
DE THIAIS

+ D'INFOS
01 43 92 42 42
WWW.VILLE-THIAIS.FR



tous
fous
du
goût
et des
sauces

10-14 OCTOBRE 2022

