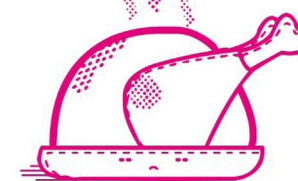


Ville de Coulounieix-Chamiers

Menus

Restauration municipale



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Du 02/10/23 au 07/10/23	Feuilleté au fromage bio Sauté de veau** à la moutarde* Salsifis et carottes bio Fromage Fruit de saison bio	Salade bio , petits pois bio et soja Polenta à l'italienne* gratinée Fromage Yaourt nature sucré bio	Soupe de poireaux bio Escalope de dinde Chou fleur bio Fromage Fruit de saison	Radis bio Poisson bonne femme* Blé bio Fromage Liégeois	Salade bio , mimolette Rôti de porc bio du Périgord Frites bio Fromage Fruits au sirop	Potage Saucisson sec / beurre Légumes farcis Riz bio Fromage Pâtisserie
Du 09/10/23 au 14/10/23	Salade bio , poivrons et haricots rouges bio Macaronis bio au roquefort* Fromage Compote bio	Soupe de courgettes bio Sauté de bœuf** au poivre vert* et petits légumes* bio Fromage Fruit de saison	Salade bio , tomates bio et avocats Poulet rôti bio Pommes sautées Fromage Crème dessert bio	Tarte au fromage Chipolatas du Périgord Petits pois bio à la française* Fromage Fruit de saison bio	Céleri rémoulade bio Brandade de poisson* Fromage Yaourt aromatisé bio	Potage Rosbif** Pommes grenaille Fromage Crème de marrons
Semaine du goût « Les pays » Du 16/10/23 au 21/10/23	L'Italie Tomates bio et mozzarella Spaghettis bio à la carbonara* Fromage Raisins bio	L'Irlande Salade bio au saumon fumé Jambon braisé au cidre* et son chou bio Fromage Yaourt à la vanille bio	L'Espagne Quiche espagnole* Poisson au chorizo* Haricots plats Fromage Orange bio	La Chine Nem et salade bio Riz bio cantonnais aux épices thai* Fromage Tarte à la noix de coco	Le Maroc Carottes râpées bio et raisins secs Couscous poulet/merguez semoule bio * Fromage Fromage blanc sucré	Potage Cappelletti bio à la provençale Fromage Pâtisserie
Du 23/10/23 au 28/10/23	Soupe de légumes bio Cordon bleu bio Ratatouille à l'huile d'olive bio Fromage Fruit de saison	Batavia bio , soja et maïs bio Purée fromagère* Fromage Compote bio	Salade de quinoa* bio Sauté de lapin forestier* Brocolis bio Fromage Flan caramel bio	Concombres bio Poisson au curry* Pâtes tortis bio Fromage Éclair	Potage de potiron bio Steak haché** Haricots beurre Fromage Fruit de saison bio	Potage Boudin noir Pommes au four Fromage Île flottante
Du 30/10/23 au 04/11/23	Soupe de carottes bio Poisson pané Epinards béchamel Fromage Fruit de saison bio	Choux rouges bio Blanquette* de veau** Macaronis bio Fromage Petit Suisse	FÉRIÉ (Toussaint)	Potage de fèves Céréales gourmandes aux légumes* bio Fromage Fruit de saison bio	Salade bio au bleu Côte de porc du Périgord Frites bio Fromage Yaourt aux fruits	Potage Omelette aux fines herbes Batavia bio Fromage Pâtisserie

bio : Produit issu de l'agriculture biologique / : Plat fait maison

Nous donnons la priorité aux produits frais français, locaux, **bio** et de saison, ainsi qu'aux viandes françaises et/ou labellisées.

La viande de bœuf et de veau est française. Les céréales (pâtes, riz, blé, quinoa, boulgour, maïs...) sont **bio**. Pain **bio** tous les mardi, mercredi et vendredi.

Service de la restauration municipale : 05.53.35.57.26 ou mairie : 05.53.35.57.52

SUITE AU DOS →



MAIRIE DE COULOUNIEIX-CHAMIERES

MENUS de octobre 2023

RAPPEL

➔ **Toutes les boîtes contenant des aliments doivent être vidées et rincées après chaque utilisation.**

➔ Le conteneur doit obligatoirement être remis en main propre au bénéficiaire qui déjeune à réception.

➔ Si vous avez du retard, penser à prévenir le service de la restauration en cuisine centrale

(Mme Chaullet au 05/53/35/57/26), le repas peut vous être livré exceptionnellement jusqu'à 13 heures.

* **Sauté de veau à la moutarde** : avec oignons, crème fraîche et moutarde.

* **Polenta à l'italienne** : polenta (semoule de farine de maïs) cuisinée avec oignons, tomates, courgettes, poivrons rouges, origan, lait, beurre, huile d'olive et fromage râpé.

* **Poisson bonne femme** : avec oignons, champignons et crème fraîche.

* **Macaronis au roquefort** : avec oignons, lait, beurre, crème fraîche, fromage blanc, dés de roquefort, ciboulette et fromage râpé.

* **Sauté de bœuf au poivre vert et ses petits légumes bio** : cuisiné avec oignons, crème fraîche, poivre vert et accompagné de carottes bio, haricots verts bio et panais bio.

* **Petits pois à la française** : cuisinés avec des petits oignons blancs et de la salade.

* **Céleri rémoulade** : céleri râpé à la mayonnaise.

* **Brandade de poisson** : colin, pommes de terre, lait, ail et persil.

* **Spaghettis à la carbonara** : avec oignons, crème fraîche, lardons et parmesan râpé.

* **Jambon braisé au cidre** : avec oignons, moutarde, miel, bouillon de volaille(contient du céleri, traces possibles de lait, œuf), cidre, crème fraîche et baies de genièvre.

* **Quiche espagnole** : tarte aux courgettes, poivrons, aubergines, œufs, crème fraîche et fromage.

* **Poisson au chorizo** : avec oignons, tomates, chorizo, olives et épices(graines de coriandre, graines de sésame, paprika doux, cumin, origan).

* **Riz cantonnais aux épices Thaï**: riz, champignons noirs, dés d'omelette nature, petits pois, carottes, poivrons verts et jaunes, crevettes, concentré de tomate, sauce tomate et épices Thaï (mélange de gingembre, cannelle, citron, piment, cumin, poivrons et badiane).

* **Couscous** : poulet, merguez (de bœuf et de mouton sans porc), carottes, courgettes, poivrons, navets, pois chiches, tomates, oignons, épices à couscous, et semoule.

* **Purée fromagère** : purée de pommes de terre, lait, ciboulette, muscade, fromage râpé.

* **Salade de quinoa** : avec des dés de tomates et poivrons.

* **Sauté de lapin forestier** : avec oignons, crème fraîche et champignons.

* **Poisson au curry** : avec oignons, crème fraîche, tomate, curry et ciboulette.

* **Blanquette de veau** : veau cuisiné avec poireaux, carottes, céleri branche, citron, champignons, vin blanc, crème fraîche et beurre.

* **Céréales gourmande aux légumes** : mélange de blé, quinoa rouge et blanc (traces possibles de lait, œuf,soja, céleri, lupin et sésame), cuisiné aux carottes, courgettes, oignons, sauce tomate et olives.