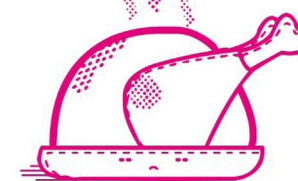


Ville de Coulounieix-Chamiers

Menus

Restauration municipale



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Du 02/10/23 au 06/10/23	Feuilleté au fromage bio Sauté de veau** à la moutarde* Salsifis et carottes bio Fruit de saison bio	Salade bio , petits pois bio et soja Polenta à l'italienne* gratinée Yaourt nature sucré bio	Soupe de poireaux bio Escalope de dinde Chou fleur bio Emmental bio Fruit de saison	Radis bio Poisson bonne femme* Blé bio Liégeois	Salade bio et mimolette Rôti de porc bio du Périgord Frites bio Fruits au sirop
Du 09/10/23 au 13/10/23	Salade bio , poivrons et haricots rouges bio Macaronis bio au roquefort* Compote bio	Potage de courgettes bio Sauté de bœuf** au poivre vert* et ses petits légumes* bio St-Moret bio Fruit de saison	Salade bio , tomates bio et avocats Poulet rôti bio Pommes sautées Crème dessert bio	Tarte au fromage Chipolatas du Périgord Petits pois bio à la française* Fruit de saison bio	Céleri rémoulade bio Brandade de poisson* Yaourt aromatisé bio
Semaine du goût: « Les pays »	L'Italie Tomates bio et mozzarella Spaghettis bio à la carbonara* Raisins bio	L'Irlande Salade bio au saumon fumé Jambon braisé au cidre* et son chou bio Yaourt à la vanille bio	L'Espagne Quiche espagnole* Poisson au chorizo* Haricots plats Orange bio	La Chine Nem de volaille/salade bio Riz bio cantonnais aux épices thaï* Tarte à la noix de coco	Le Maroc Carottes râpées bio et raisins secs Couscous au poulet bio et merguez* Semoule bio Fromage blanc sucré
Centre de loisirs	Soupe de légumes bio Cordon bleu bio Ratatouille à l'huile d'olive bio Fruit de saison	Batavia bio , soja et maïs bio Purée fromagère* Compote bio	Salade de quinoa* bio Sauté de lapin forestier* Brocolis bio Flan caramel bio	Concombres bio Poisson au curry* Pâtes tortis bio Éclair	Potage de potiron bio Steak haché** Haricots beurre Camembert bio Fruit de saison bio
Centre de loisirs	Soupe de carottes bio Poisson pané Epinards béchamel Fruit de saison bio	Choux rouges râpés bio Blanquette* de veau** Macaronis bio Petit Suisse	FÉRIÉ (Toussaint)	Potage de fèves Céréales gourmandes aux légumes* bio Kiri bio Fruit de saison bio	Salade bio au bleu Côte de porc du Périgord Frites bio Glace bio

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 ou labellisées.

Viande de bœuf ou de veau française. Pain **bio tous les mardi, mercredi et vendredi. Le fromage pourra être modifié selon les arrivages.

Les céréales (pâtes, riz, blé, quinoa, boulgour, maïs...) sont **bio** .

Service de la restauration municipale : 05.53.35.57.26 ou mairie : 05.53.35.57.52

SUITE AU DOS →



MAIRIE DE COULOUNIEIX-CHAMIER MENUS de octobre 2023

ATTENTION : Présence (ou traces)de : Fruits à coque, lait, œuf, poisson, mollusques, crustacés, céleri, soja dans :

Les pâtés en croûte, les pâtés, les friands, les pizzas, les quiches, les feuilletés, les roulés, les croque-monsieur, les nems et les sauces pour nems, les tartes salées ou sucrées, les galettes salées ou sucrées, les crêpes salées ou sucrées, les gaufres, les beignets, les donuts, les calamars à la romaine, les pains pour hamburgers, les fajitas, les wraps, les tortillas, les panures de poisson, de volaille ou de viande, les chapelures, les croûtons, les raviolis, les quenelles, les gnocchis, les cappellettis, les boulettes de soja ou de légumes, les cordons bleus, les viandes et volailles farcies, les glaces, les gâteaux, les galettes des rois, les profiteroles à la crème, la crème pâtissière.

Présence (ou traces) possible de : Soja aussi dans les céréales bio (pâtes, riz, blé, quinoa, boulgour, semoule...) et dans les lentilles bio.

Présence de : lait dans les omelettes. La tomate : est souvent présente dans les sautés ou les plats en sauce.

- * **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 bio 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, huile d'olive 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 gourmandes bio 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.