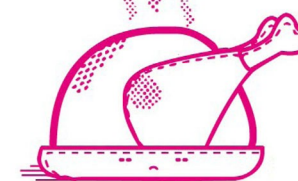


Ville de Coulounieix-Chamiers

Menus

Restauration municipale



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Du 06/01/25 au 10/01/25	Salade bio , soja, poivrons et fèves 🍴 Macaronis bio au roquefort* 🍴 Galette des Rois	Velouté de citrouille* bio 🍴 Escalope de dinde Petits pois bio Fruit de saison	Carottes râpées bio 🍴 Poisson à l'estragon* 🍴 Blé bio Flan caramel bio	Salade bio , fêta, miel et croûtons Petit salé Potée au chou 🍴 Compote bio	Betteraves bio mimosa* 🍴 Irish Tew* 🍴 Camembert Fruit de saison bio
Du 13/01/25 au 17/01/25	Tourin à la tomate 🍴 Poisson pané Épinards béchamel bio 🍴 Fruit de saison	Choux rouges bio 🍴 Blanquette* de veau** 🍴 Riz bio Gâteau noix de coco et chocolat* 🍴	Potage de légumes 🍴 Poulet rôti Haricots verts bio 🍴 St-Moret bio Fruit de saison	Céleri rémoulade* 🍴 Côte de porc bio Pommes de terre façon raclette* 🍴 Compote bio	Salade bio , avocat et haricots rouges bio 🍴 Céréales gourmandes bio aux légumes* 🍴 Liégeois
Du 20/01/25 au 24/01/25	Mâche et betteraves bio 🍴 Couscous au poulet* 🍴 et sa semoule bio Yaourt aromatisé	Soupe de poisson* 🍴 Cassolette d'endives au jambon* 🍴 Fruit de saison bio	Chou chinois 🍴 Sauté de bœuf** bio à la Stroganov* 🍴 Coquillettes bio Fromage blanc sucré	Velouté de poireaux* bio 🍴 Poisson au saumon fumé* 🍴 Brocolis bio 🍴 Fruit de saison	Lentilles bio , perles et poivrons en vinaigrette* 🍴 Purée fromagère* 🍴 Yaourt nature sucré bio
Du 27/01/25 au 31/01/25	Carottes râpées bio 🍴 Fish and chips* Glace bio	Salade bio et mimolette 🍴 Sauté de dinde au chouchen* 🍴 Printanière de légumes Clafoutis aux poires* 🍴	Potage St-Germain bio * 🍴 Polenta à l'italienne* 🍴 Fruit de saison bio	Salade bio , ananas et crevettes 🍴 Choucroute 🍴 Crème dessert	Pommes de terre et harengs en vinaigrette 🍴 Steak haché** Haricots beurre Kiri bio Fruit de saison 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 : cuisine centrale : 05.53.35.57.26 ou mairie : 05.53.35.57.52

SUITE AU DOS →

MAIRIE DE COULOUNIEIX-CHAMIERES

MENUS de janvier 2025

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, les galettes ou les crêpes salées ou sucrées, les gaufres, les beignets, les donuts, les calamars à la romaine, les pains pour hamburgers, les fajitas, les wrap, les tortillas, les panures de poisson, volaille ou 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.

- * **Macaronis au roquefort :** avec oignons, lait, beurre, crème fraîche, fromage blanc, dés de roquefort, ciboulette et fromage râpé.
- * **Velouté de citrouille :** avec de la crème fraîche.
- * **Poisson à l'estragon :** avec oignons, crème fraîche et estragon.
- * **Betteraves mimosa :** betteraves rouges avec œufs durs râpés.
- * **Irish Tew :** ragoût d'agneau cuisiné avec oignons, pommes de terre et poireaux, carottes et céleri branches.
- * **Blanquette de veau :** veau cuisiné avec poireaux, carottes, céleri branches, citron, champignons, vin blanc, crème fraîche, beurre.
- * **Gâteau noix de coco et chocolat :** avec farine, œufs, sucre, levure, beurre, crème fraîche, noix de coco râpée, chocolat et fromage blanc.
- * **Céleri rémoulade :** avec de la mayonnaise.
- * **Pommes de terre façon raclette :** avec oignons, pommes de terre et fromage à raclette.
- * **Céréales gourmandes 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.
- * **Couscous au poulet :** avec carottes, courgettes, poivrons, navets, pois chiches, tomates, oignons, épices couscous ou raz el hanout (poivre, piment doux, carvi, ail, coriandre, curcuma, fenouil, fenugrec, romarin), huile d'olive et semoule.
- * **Soupe de poisson :** colin, bisque de homard, langoustines, crustacés, mollusques, tomates, carottes, poireaux, fenouil, céleri branches, soja, moutarde, beurre, crème fraîche, lait, fromage râpé, œufs, épices (origan, curcuma, coriandre, muscade, gingembre, paprika, safran, anis étoilé) et croûtons naturels.
- * **Cassolette d'endives au jambon :** endives, pommes de terre, jambon blanc, lait, fromage râpé.
- * **Sauté de bœuf à la Stroganov :** cuisiné avec oignons, moutarde, crème fraîche, paprika et champignons.
- * **Velouté de poireaux :** avec oignons, pommes de terre, poireaux et crème fraîche.
- * **Poisson au saumon fumé :** avec oignons, beurre, crème fraîche, saumon fumé et épices spigol (curcuma, piment doux, safran, traces de graines de sésame, gingembre, coriandre, muscade, moutarde, céleri) .
- * **Lentilles, perles et poivrons en vinaigrette :** lentilles vertes, perles (petites pâtes en forme de perles), poivrons, oignons rouges et vinaigrette.
- * **Purée fromagère :** purée de P. de terre, lait, ciboulette, muscade, emmental.
- * **Fish and chips :** filet de cabillaud enrobé d'une pâte à beignet, accompagné de frites.
- * **Sauté de dinde au chouchen :** avec oignons, carottes, crème fraîche, chouchen (boisson bretonne à base de miel), cidre doux et persil.
- * **Clafoutis aux poires :** avec farine, sucre, levure, lait, œufs, crème fraîche, beurre, vanille naturelle et poires.
- * **Potage St-germain :** avec oignons, beurre, carottes et pois cassés.
- * **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.