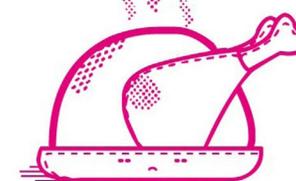


Ville de Coulounieix-Chamiers

Menus

Restauration municipale



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Du 03/06/24 au 07/06/24	Carottes râpées bio et raisins secs Poisson bonne femme* Riz bio Yaourt nature sucré bio	Pizza Escalope de volaille Petits pois bio Fruit de saison bio	Pique-nique au centre Salade de pâtes * bio Jambon blanc de dinde Chips Fromage Glace	Radis bio Sauté de bœuf** à la thaïlandaise* Printanière de légumes Fromage blanc sucré	Salade bio, haricots rouges bio et maïs bio Parmentier de courgettes* Compote bio
Du 10/06/24 au 14/06/24	Feuilleté au fromage bio Omelette nature* Ratatouille bio Fruit de saison	Melon Sauté de veau** au poivre vert* Semoule bio Liégeois	Concombres bio Poisson sauce safranée* Carottes persillées bio Clafoutis aux cerises	Lentilles bio, maïs bio et mimolette Gnocchis à la forestière* Fruit de saison bio	Pommes de terre tomates bio et thon Poulet rôti Haricots verts bio Yaourt aromatisé bio
Du 17/06/24 au 21/06/24	Pastèque Cassoulet* et sa saucisse bio Flan caramel	Radis bio Poisson pané Epinards bio béchamel* Compote bio	Batavia bio, petits pois et soja Polenta à l'italienne gratinée* Yaourt nature sucré bio	Salade de riz bio* Steak haché** Haricots beurre Camembert Fruit de saison bio	Tomates bio et basilic Sauté de porc à la bretonne* Macaronis bio Petit suisse
Du 24/06/24 au 28/06/24	Melon Poisson froid mayonnaise Pommes vapeur Emmental bio Fruit de saison bio	Salade de quinoa bio* Sauté de lapin à la moutarde* Brocolis bio Crème dessert	Tarte au fromage Rôti de dinde Tomates provençales bio Fruit de saison bio	Carottes râpées bio et haricots rouges bio Lasagnes de légumes* Compote bio	Fête des enfants Salade bio, fête, miel et croûtons Tenders de volaille* Frites bio Glace bio
Du 01/07/24 au 05/07/24	Tomates bio, mozzarella Brandade de poisson* Cocktail de fruits au sirop	Concombres bio Sauté d'agneau aux olives* Courgettes persillées bio Éclair	Taboulé* bio Côte de porc du Périgord Chou fleur St-Moret bio Fruit de saison bio	Pastèque bio Paella au poulet* et son riz bio Fromage blanc sucré	Salade de pépinettes* bio et fèves Roulé au fromage Batavia bio Glace « Bonnes vacances »

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 juin 2024

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 et 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 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 clafoutis, 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.

- * **Poisson bonne-femme :** avec oignons, champignons, crème fraîche et ciboulette.
- * **Salade de pâtes :** avec tomates, poivrons et olives.
- * **Sauté de bœuf à la thaïlandaise :** cuisiné avec oignons, champignons noirs, carottes, poivrons, soja, épices thaï et tandoori (citron, piment doux, graines de coriandre, gingembre, cumin, poivrons, cannelle, badiane, paprika doux, curcuma, muscade, cardamome).
- * **Parmentier de courgettes :** purée de pommes de terre, courgettes, oignons, lait, crème fraîche, muscade et fromage râpé.
- * **Omelette nature :** contient du lait.
- * **Sauté de veau au poivre vert :** avec oignons, crème fraîche et poivre vert.
- * **Poisson sauce safranée :** avec oignons, épices spigol (curcuma, piment doux, safran, traces de graines de sésame, gingembre, coriandre, muscade, moutarde, céleri), cidre doux, crème fraîche et ciboulette.
- * **Gnocchis à la forestière :** croquettes de P. de terre cuisinées avec oignons, lait, champignons et ciboulette.
- * **Cassoulet :** avec de la tomate.
- * **Epinards béchamel :** avec du lait.
- * **Polenta à l'italienne gratinée :** polenta (semoule de farine de maïs) cuisinée avec oignons, tomates, courgettes, poivrons rouges, origan, lait, beurre, huile d'olive et fromage râpé.
- * **Salade de riz :** avec tomates et poivrons et olives.
- * **Sauté de porc à la bretonne :** avec oignons, champignons, lardons fumés, cidre doux, crème fraîche et persil.
- * **Salade de quinoa :** avec tomates, poivrons et olives.
- * **Sauté de lapin à la moutarde :** avec oignons, crème fraîche et moutarde et moutarde à l'ancienne, ciboulette..
- * **Lasagnes de légumes :** ratatouille (dont poivrons), béchamel, fromage râpé.
- * **Tenders de volaille :** aiguillettes de filet de poulet enrobées d'une fine panure croustillante.
- * **Brandade de poisson :** Colin, pommes de terre, lait, ail et persil.
- * **Sauté d'agneau aux olives :** avec oignons, olives noires et vertes, concentré de tomate et persil.
- * **Taboulé :** avec concombres, tomates, poivrons, menthe et citron.
- * **Paella au poulet :** riz, poulet, moules décortiquées, cocktail de fruits de mer (mélange de crevettes, moules, calamars, seiches, encornets), chorizo, petits pois, poivrons, tomate, épices.
- * **Salade de pépinettes et fèves :** salade de pâtes alsaciennes en forme de grains de riz avec dés de tomates, poivrons, maïs, fèves et olives.