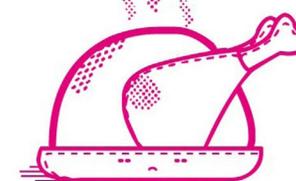


Ville de Coulounieix-Chamiers

# Menus

Restauration municipale



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>Du 10/03/25 au 14/03/25</b>	Chou rouges râpés <b>bio</b> 🍴 Tajine d'agneau*🍴 Semoule <b>bio</b> Fromage blanc sucré	Soupe de carottes <b>bio</b> 🍴 Poisson pané Épinards béchamel* <b>bio</b> 🍴 Fruit de saison	Salade <b>bio</b> au bleu 🍴 Rôti de porc du Périgord Pommes sautées Éclair	Velouté de potiron*🍴 Escalope de volaille** Petits pois <b>bio</b> Fruit de saison <b>bio</b>	Lentilles <b>bio</b> , tomates et maïs <b>bio</b> 🍴 Gnocchis à la napolitaine*🍴 Yaourt vanillé <b>bio</b>
<b>Du 17/03/25 au 21/03/25</b>	Betteraves <b>bio</b> et mâche 🍴 Bœuf**bourguignon*🍴 Carottes persillées <b>bio</b> 🍴 Crème dessert	Salade <b>bio</b> au gouda 🍴 Cassoulet*🍴 et sa saucisse du Périgord Compote <b>bio</b>	Potage de poireaux 🍴 Poisson sauce citron*🍴 Chou fleur <b>bio</b> St-Moret <b>bio</b> Fruit de saison	Salade <b>bio</b> , avocat, surimi *🍴 Curry de pois chiches*🍴 et son riz <b>bio</b> Yaourt aromatisé	Tourin à la tomate 🍴 Poulet**rôti Haricots verts <b>bio</b> Fruit de saison <b>bio</b>
<b>Du 24/03/25 au 28/03/25</b>	Taboulé* <b>bio</b> 🍴 Gratin du pêcheur*🍴 Flan caramel	Crème Choisy* 🍴 Sauté de porc** au chorizo*🍴 Brocolis <b>bio</b> Fruit de saison	Salade, maïs et petits pois 🍴 Croziflette* <b>bio</b> 🍴 Compote <b>bio</b>	Céleri <b>bio</b> rémoulade*🍴 Paupiette de dinde à la moutarde*🍴 Printanière de légumes Yaourt nature sucré <b>bio</b>	Salade <b>bio</b> , fêta,miel et croûtons 🍴 Steak haché** Frites <b>bio</b> Glace
<b>Du 31/03/25 au 04/04/25</b>	Friand au fromage <b>bio</b> Blanquette* de veau**🍴 Riz <b>bio</b> Fruit de saison	Radis/beurre Céréales gourmandes <b>bio</b> aux légumes*🍴 Liégeois	Potage de légumes 🍴 Poulet** rôti Pois cassés <b>bio</b> 🍴 Fruit de saison <b>bio</b>	Salade de pépinettes* <b>bio</b> 🍴 Poisson à la provençale*🍴 Haricots beurre Fromage blanc sucré	Choux blancs râpés <b>bio</b> 🍴 Jambon braisé du Périgord au camembert* 🍴 Purée de pommes de terre*🍴 Fruits au sirop

**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.

\*\* Volailles et viandes de bœuf, de veau ou de porc françaises. Pain **bio** tous les mardi, mercredi et vendredi. Le fromage pourra être modifié selon les arrivages.

Les céréales (pâtes, riz, blé, quinoa, boulghour, 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 mars 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, salés ou sucrés, 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.

- \* **Tajine d'agneau :** agneau, oignons, miel, amandes effilées, abricots secs, raisins secs, pois chiches, olives, tomates, carottes, navets, épices couscous ou raz el hanout (poivre, piment doux, carvi, ail, coriandre, curcuma, fenouil, fenugrec, romarin).
- \* **Épinards béchamel :** avec du lait.
- \* **Velouté de potiron :** avec oignons, pommes de terre, potiron et crème fraîche.
- \* **Gnocchis à la napolitaine :** croquettes de P. de terre cuisinées avec oignons, tomates, coulis de tomate, huile d'olive, basilic, ciboulette, herbes de Provence et fromage râpé.
- \* **Bœuf bourguignon :** avec oignons, carottes et concentré de tomate.
- \* **Cassoulet :** avec de la tomate.
- \* **Poisson sauce citron :** avec crème fraîche.
- \* **Surimi :** chair de poisson, blanc d'œuf.
- \* **Curry de pois chiches et son riz :** avec oignons, carottes, pois chiches, épinards en branches, crème fraîche, pâte de curry, lait et lait de coco.
- \* **Taboulé :** avec oignons, tomates, concombres, poivrons, menthe, huile d'olive et citron.
- \* **Gratin du pêcheur :** cubes de colin, cocktail de fruits de mer (mélange de crevettes, moules, calamars, seiches, encornets), oignons, champignons, pommes de terre, lait, crème fraîche, persil, ciboulette, épices spigol (curcuma, piment doux, safran, traces de graines de sésame, gingembre, coriandre, muscade, moutarde, céleri) et fromage râpé.
- \* **Crème Choisy :** P. de terre, laitue, crème fraîche et oignons.
- \* **Sauté de porc au chorizo :** cuisiné avec des poivrons, de la tomate, concentré de tomate, oignons, olives vertes et noires et chorizo.
- \* **Croziflette :** crozets (pâtes de Savoie) cuisinés avec oignons, lait, beurre, crème fraîche, reblochon, bouillon de légumes bio (oignons, carottes, légumes, potiron, huile de tournesol, curcuma), ciboulette et fromage râpé.
- \* **Céleri rémoulade :** avec de la mayonnaise.
- \* **Paupiette de dinde à la moutarde :** cuisinées avec des oignons, jus de veau (contient de la tomate, traces possibles de lait, œuf, céleri), crème fraîche, moutarde à l'ancienne.
- \* **Blanquette de veau :** veau cuisiné avec oignons, poireaux, carottes céleri branches, citron, champignons, crème fraîche, beurre et vin blanc.
- \* **Céréales gourmandes bio aux légumes :** mélange de semoule de blé, soja, lentilles, épeautre, graines de tournesol et de lin (traces possibles de fruits à coque, céleri, moutarde et sésame) cuisiné aux carottes, courgettes, oignons, sauce tomate et olives.
- \* **Salade de pépinettes :** salade de pâtes alsaciennes en forme de grains de riz avec de dés de tomate, poivrons, maïs.
- \* **Poisson à la provençale :** avec oignons, huile d'olive, tomates, olives et basilic.
- \* **Jambon braisé au camembert :** avec oignons, camembert, crème fraîche, champignons, jus de veau (contient de la tomate, traces possibles de lait, œuf, céleri) et ciboulette.
- \* **Purée de pommes de terre :** avec du lait.