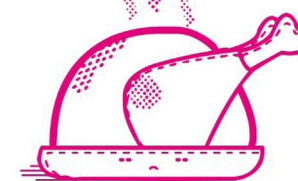


Ville de Coulounieix-Chamiers

Menus

Restauration municipale



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Du 04/11/24 au 08/11/24	Salade bio , jambon sec et dés de brebis 🍴 Sauté de bœuf bio ** cajun* 🍴 Purée de potimarron* 🍴 Compote bio	Soupe de courgettes bio 🍴 Poisson safrané* 🍴 Carottes persillées bio 🍴 Kiri bio Fruit de saison	Céleri bio rémoulade* 🍴 Poulet rôti bio Pâtes tortis bio Éclair	Radis bio /beurre Petit salé 🍴 Potée au chou bio 🍴 Fromage blanc sucré	Salade de perles et lentilles bio * 🍴 Gnocchis à la napolitaine* 🍴 Fruit de saison bio
Du 11/11/24 au 15/11/24	FÉRIÉ	Potage de légumes bio 🍴 Curry de pois chiches bio * 🍴 et son riz bio Fruit de saison	Salade bio au bleu 🍴 Escalope de dinde Petits pois bio Compote bio	Carottes râpées bio 🍴 Spaghettis bio de la mer* 🍴 Flan caramel bio	Potage de poireaux 🍴 Carbonnade de porc bio * 🍴 Chou fleur bio 🍴 Camembert bio Fruit de saison bio
Du 18/11/24 au 22/11/24	Feuilleté au fromage bio Sauté de veau bio ** à la forestière* 🍴 Printanière de légumes 🍴 Fruit de saison bio	Journée des droits des enfants Salade bio , fêta, miel et croûtons 🍴 Tenders de poulet* Frites bio Glace	Velouté de carottes bio * 🍴 Poisson à la normande* 🍴 Brocolis bio 🍴 Fruit de saison	Batavia bio , avocat, maïs 🍴 Cassoulet* 🍴 et sa saucisse de Toulouse bio Yaourt aromatisé bio	Pépinettes bio en salade* 🍴 Gratin du Larzac et fèves* 🍴 Cocktail de fruits au sirop
Du 25/11/24 au 29/11/24	Salade bio à l'emmental 🍴 Cassolette d'automne* 🍴 Compote bio	Betteraves rouges bio 🍴 Choucroute garnie 🍴 St-Moret Fruit de saison bio	Salade bio , haricots rouges bio et soja 🍴 Cappelletti au fromage gratinés à l'italienne* 🍴 Yaourt nature sucré bio	Soupe de poisson* 🍴 Steak haché Haricots verts bio 🍴 Fruit de saison bio	Batavia bio , mangue et surimi* 🍴 Tajine d'agneau* 🍴 Semoule bio Crème dessert

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, 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-CHAMIERS

MENUS de novembre 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, 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.

- * **Sauté de bœuf cajun :** bœuf cuisiné avec oignons, carottes, épinards, pois chiches, lait, crème fraîche, curry, lait de coco, fond brun de bœuf (contient de la tomate, traces possibles de lait, œuf, céleri), maïs et épices cajun (paprika, thym, cumin, piment, origan).
- * **Purée de potimarron :** pommes de terre, potimarron, beurre et lait.
- * **Poisson safrané :** avec oignons, beurre, crème fraîche, spigol (curcuma, piment doux, safran, traces de graines de sésame, gingembre, coriandre, muscade, moutarde, céleri).
- * **Céleri rémoulade :** avec de la mayonnaise.
- * **Salade de perles et lentilles :** perles (petites pâtes en forme de perles), lentilles vertes, oignons rouges et ciboulette.
- * **Gnocchis à la napolitaine :** croquettes de pomme de terre cuisinées avec oignons, tomates, concentré de tomate, huile d'olive, basilic, ail, ciboulette, fromage râpé et herbes de Provence.
- * **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, riz.
- * **Spaghettis de la mer :** cuisinées avec du colin, des fruits de mer (mélange de crevettes, moules, calamars, seiches, encornets), des moules, farine, crème fraîche, lait, cidre, ciboulette, oignons et spigol (mélange d'épices : curcuma, piment doux, safran, traces de graines de sésame, moutarde, céleri).
- * **Carbonnade de porc :** sauté de porc cuisiné avec oignons, jus de veau (contient de la tomate, traces possibles de lait, œuf, céleri), carottes, pain d'épices, bière, moutarde, baies de genièvre et sucre cassonade.
- * **Sauté de veau à la forestière :** avec oignons, crème fraîche et champignons.
- * **Tenders de poulet :** poulet pané. * **Velouté de carottes :** avec oignons, pommes de terre, carottes et crème fraîche.
- * **Poisson à la normande :** avec oignons, crème fraîche, vin blanc, moules et crevettes décortiquées.
- * **Cassoulet :** avec de la tomate.
- * **Pépinettes en salade :** salade de pâtes alsaciennes en forme de grains de riz avec des dés de tomates, poivrons et olives.
- * **Gratin du Larzac :** P.de terre, carottes, dés de bleu, lait, crème fraîche et fromage râpé.
- * **Cassolette d'automne :** avec oignons, colin, pommes de terre, potimarrons, patates douces, crème fraîche, lait, ciboulette, citron et épices spigol (curcuma, piment doux, safran, traces de graines de sésame, gingembre, coriandre, muscade, moutarde, céleri).
- * **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.
- * **Cappellettis au fromage gratinés à l'italienne :** cappellettis farcis au fromage avec oignons, tomates, concentré de tomate, coulis de tomate, huile d'olive, olives et fromage râpé.
- * **Surimi :** chair de poisson, blanc d'œuf.
- * **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).