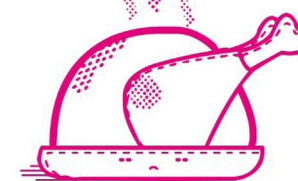


Ville de Coulounieix-Chamiers

# Menus

Restauration municipale



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>Du 30/09/24 au 04/10/24</b>	Salade <b>bio</b> , mimolette 🍴 Grillade de dinde au poivre vert* 🍴 Frites <b>bio</b> Glace	Batavia <b>bio</b> , haricots rouges et maïs <b>bio</b> 🍴 Céréales gourmandes <b>bio</b> aux légumes* 🍴 Liégeois à la fraise	Radis <b>bio</b> /beurre Blanquette* de veau** 🍴 Riz <b>bio</b> Kiri <b>bio</b> Compote <b>bio</b>	Pizza Côte de porc <b>bio</b> Carottes à la crème* <b>bio</b> 🍴 Fruit de saison <b>bio</b>	Tomates <b>bio</b> vinaigrette 🍴 Brandade de poisson* 🍴 Crème dessert
<b>Du 07/10/24 au 11/10/24</b>	Taboulé* <b>bio</b> 🍴 Poulet rôti Haricots verts <b>bio</b> 🍴 Yaourt aromatisé <b>bio</b>	Salade <b>bio</b> , avocat, soja 🍴 Torsades et légumineuses à la napolitaine au parmesan et emmental* 🍴 Compote <b>bio</b>	Soupe de potiron 🍴 Poisson aux poivrons rouges* 🍴 Courgettes gratinées <b>bio</b> 🍴 Fruit de saison <b>bio</b>	Batavia <b>bio</b> , fêta, miel et croûtons 🍴 Steak haché** Pommes sautées Fruits au sirop	Concombres <b>bio</b> et ciboulette 🍴 Cari de porc* Chou fleur <b>bio</b> Tarte au chocolat
<b>Semaine du goût Saveurs des régions</b>  <b>Du 14/10/24 au 18/10/24</b>	<b>La Bretagne</b> Crêpe au fromage Cassolette Bretonne* 🍴 Poire <b>bio</b>	<b>Le Périgord</b> Salade <b>bio</b> de gésiers* 🍴 Parmentier de canard* 🍴 Fromage blanc et sa crème de châtaignes vanillée 🍴	<b>L'Alsace</b> Batavia <b>bio</b> au munster 🍴 Choucroute garnie 🍴 Gâteau aux pommes	<b>La Provence</b> Soupe de poisson* 🍴 Daube à la Provençale* 🍴 et ses petits légumes 🍴 Raisins <b>bio</b>	<b>La Savoie</b> Salade <b>bio</b> montagnarde* 🍴 Crozets <b>bio</b> au bleu et noix* 🍴 Tarte aux myrtilles
<b>Centre de loisirs</b>  <b>Du 21/10/24 au 25/10/24</b>	Radis <b>bio</b> /beurre Cordon bleu <b>bio</b> Petits pois <b>bio</b> Compote <b>bio</b>	Salade <b>bio</b> , fèves et surimi* 🍴 Riz cantonnais <b>bio</b> aux épices thai* 🍴 Yaourt nature sucré <b>bio</b>	Feuilleté au fromage <b>bio</b> Sauté de dinde à la forestière* 🍴 Carottes persillées <b>bio</b> 🍴 Fruit de saison	Céleri <b>bio</b> rémoulade* 🍴 Poisson sauce citron* 🍴 Blé <b>bio</b> Petit Suisse	Velouté de poireaux <b>bio</b> * 🍴 Rôti de porc <b>bio</b> Haricots beurre Fruit de saison <b>bio</b>
<b>Centre de loisirs</b>  <b>Du 28/10/24 au 01/11/24</b>	Salade <b>bio</b> au bleu 🍴 Sauté de veau** Marengo* 🍴 et ses légumes d'automne* 🍴 Fruits au sirop	Chou chinois 🍴 Jambon blanc Coquillettes <b>bio</b> Flan caramel <b>bio</b>	Salade <b>bio</b> , pommes et ananas 🍴 Poisson pané Épinards <b>bio</b> béchamel* 🍴 Paris Brest	Lentilles <b>bio</b> , tomates et maïs <b>bio</b> 🍴 Purée fromagère* 🍴 Fruit de saison <b>bio</b>	<b>FÉRIÉ</b>

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

Pain **bio** tous les mardi, mercredi et vendredi. Le fromage pourra être modifié selon les arrivages.

**Service de la restauration municipale : 05.53.35.57.26 ou mairie : 05.53.35.57.52**

**SUITE AU DOS** ➔



## MAIRIE DE COULOUNIEIX-CHAMIERES

### MENUS de octobre 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.

\***Grillade de dinde au poivre vert :** avec oignons, crème fraîche et poivre vert en grains.

\***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.

\* **Blanquette de veau :** veau cuisiné avec oignons, poireaux, carottes, céleri branches, citron, champignons, crème fraîche.

\* **Carottes à la crème :** avec oignons, lait, beurre, persil, ail et muscade.

\* **Brandade de poisson :** Colin, pommes de terre, lait, ail et persil.

\* **Taboulé :** avec tomates, concombres, poivrons, citron, huile d'olive et menthe.

\* **Torsades et légumineuses à la napolitaine au parmesan et emmental :** pâtes à farine de blé et à la farine de pois (contient des traces d'œuf et soja) cuisinées avec des oignons, de la tomate, du concentré de tomates, ail, basilic, ciboulette, huile d'olive, herbes de Provence, parmesan et emmental râpé.

\* **Poisson aux poivrons rouges :** avec oignons, huile d'olive, poivrons rouges, crème fraîche, cidre, ciboulette et épices spigol (curcuma, piment doux, safran, traces de graines de sésame, gingembre, coriandre, muscade, moutarde, céleri).

\* **Cari de porc :** avec tomates, oignons, épices tandoori (graines de coriandre, paprika, cumin, gingembre, curcuma, muscade, cannelle et cardamome) mangue, raisins et lait de coco.

\* **Cassolette bretonne :** avec oignons, colin, moules, crevettes, chou fleur, brocolis, lait, crème fraîche, ciboulette, persil, épices spigol (curcuma, piment doux, safran, traces de graines de sésame, gingembre, coriandre, muscade, moutarde, céleri). et fromage râpé.

\* **Salade de gésiers :** salade, gésiers confits. \* **Parmentier de canard :** émietté de canard, oignons, tomate, purée de pommes de terre, lait et crème fraîche.

\* **Soupe de poisson :** avec 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.

\* **Daube à la provençale :** sauté de bœuf cuisiné avec oignons, tomates, concentré de tomates, huile d'olive, fenouil, ail.

\* **Salade montagnarde :** mélange de salades, endives, carottes râpées et œufs durs râpés.

\* **Crozets au bleu et noix :** crozets (pâtes de Savoie) cuisinés avec oignons, lait, beurre, crème fraîche, bleu, noix, bouillon de légumes bio (oignons, carottes, légumes, potiron, huile de tournesol, curcuma), ciboulette et fromage râpé. \* **Surimi :** chair de poisson, blanc d'œuf.

\* **Riz 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).

\* **Sauté de dinde à la forestière :** avec oignons, crème fraîche et champignons. \* **Céleri rémoulade :** céleri rave râpé à la mayonnaise.

\* **Poisson sauce citron :** avec oignons, crème fraîche, citron et épices spigol (curcuma, piment doux, safran, traces de sésame, gingembre, coriandre, muscade, moutarde, céleri).

\* **Velouté de poireaux :** avec oignons, pommes de terre, poireaux et crème fraîche.

\* **Sauté de veau Marengo :** avec oignons, concentré de tomate, champignons de Paris.

\* **Légumes d'automne :** avec oignons, potimarron, patates douces et châtaignes.

\* **Épinards béchamel :** avec du lait et muscade. \* **Purée fromagère :** purée de pommes de terre, lait, ciboulette, muscade, emmental râpé.