



# Menus

## Restauration municipale



Nous donnons la priorité aux produits frais français, locaux, bio et de saison, ainsi qu'aux viandes françaises .

\* Viande de bœuf ou de veau française.

Mars 2019	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<b>Du 04/03/19 au 09/03/19</b>	Crème Choisy** Couscous au poulet** Semoule <b>bio</b> Fromage Fruit de saison <b>bio</b>	Salade de quinoa <b>bio</b> ** Parmentier de légumes** Fromage Yaourt nature vanillé	Potage de poireaux <b>bio</b> Cassolette d'endives <b>bio</b> au jambon** Fromage Fruit de saison <b>bio</b>	Salade <b>bio</b> , mimolette et croûtons Poisson à l'oseille** Cordiale de légumes Fromage Gâteau au citron maison**	Célieri <b>bio</b> rémoulade** Paupiette de veau à la forestière ** Coquillettes <b>bio</b> Fromage Cocktail de fruits	Potage Feuilleté St-jacques Omelette aux fines herbes Salade Fromage Pâtisserie
<b>Du 11/03/19 au 16/03/19</b>	Potage de potiron <b>bio</b> Blanquette océane** Riz <b>bio</b> Fromage Fruit de saison <b>bio</b>	Mâche et betteraves <b>bio</b> Saucisse de Toulouse Potée au chou Fromage Flan caramel	Salade <b>bio</b> , maïs <b>bio</b> et soja Raviolis de légumes à la sauce tomate et basilic Fromage Compote	Soupe de carottes <b>bio</b> Rôti de dinde Haricots beurre Fromage Fruit de saison <b>bio</b>	Salade <b>bio</b> , thon et œufs durs Sauté de bœuf* au poivre vert** Pommes vapeur <b>bio</b> Fromage Crème dessert	Potage Magret de canard au porto Champignons et châtaignes Fromage Île flottante
<b>Du 18/03/19 au 23/03/19</b>	Salade <b>bio</b> péruvienne** Hachis florentin** Fromage Fromage blanc sucré	Soupe de légumes <b>bio</b> Navarin d'agneau aux petits légumes** Fromage Fruit de saison <b>bio</b>	Salade <b>bio</b> au bleu Petit salé aux lentilles <b>bio</b> Fromage Yaourt aromatisé	Potage de cresson Steak haché* Haricots verts <b>bio</b> Fromage Fruit de saison <b>bio</b>	Carottes râpées <b>bio</b> Poisson meunière Frites Fromage Liégeois	Potage Demi coquelet à la diable** Pois gourmands Fromage Fruits du verger
<b>Du 25/03/19 au 30/03/19</b>	Soupe de pommes de terre <b>bio</b> et de fèves Rôti de porc Chou fleur <b>bio</b> Fromage Fruit de saison	Salade <b>bio</b> , jambon sec et fromage de brebis Spaghettis <b>bio</b> de la mer** Fromage Compote	Potage St-Germain** Poulet rôti Carottes <b>bio</b> et salsifis Fromage Fruit de saison <b>bio</b>	Salade <b>bio</b> d'agrumes** Sauté de veau* à la normande** Riz <b>bio</b> Fromage Crème pâtissière** au chocolat	Salade de boulgour <b>bio</b> ** Purée fromagère de pommes de terre et panais** Fromage Fruit de saison <b>bio</b>	Potage Lapin à la niçoise** Côtes de blettes Fromage Pâtisserie

Service de la restauration municipale : 05/53/53/27/92 ( cuisine centrale ) ou 05/53/35/57/52 ( mairie )

Voir au dos



# MAIRIE DE COULOUNIEIX-CHAMIERES

## MENUS MARS 2019

### RAPPEL

➡ **Toutes les boîtes contenant des aliments doivent être vidées et rincées après chaque utilisation.**

➡ Le conteneur doit obligatoirement être remis en main propre au bénéficiaire.

➡ Si vous avez du retard, penser à prévenir le service de la restauration en cuisine centrale  
( Mme Chaulet au 05/53/53/27/92 ), le repas peut vous être livré exceptionnellement jusqu'à 13 heures.

Merci de votre compréhension

- \*\* **Crème Choisy** : P. de terre, laitue, crème fraîche et oignons.
- \*\* **Couscous au poulet** : poulet, carottes, courgettes, poivrons, navets, pois chiches, tomates, oignons, épices à couscous, huile d'olive.
- \*\* **Salade de quinoa bio** : quinoa, dés de tomate, poivrons, olives.
- \*\* **Parmentier de légumes** : purée de pommes de terre, carottes, fèves, lait.
- \*\* **Cassolette d'endives au jambon** : P. de terre, endives, jambon de porc, béchamel et fromage râpé.
- \*\* **Poisson à l'oseille** : avec crème fraîche.
- \*\* **Gâteau au citron maison** : farine, levure, œufs, sucre, beurre, yaourt nature, citron.
- \*\* **Céleri rémoulade** : avec de la mayonnaise.
- \*\* **Paupiette de veau à la forestière** : avec champignons et crème fraîche.
- \*\* **Blanquette océane** : colin, moules, crevettes, champignons, poireaux, carottes, crème fraîche, bouillon de volaille(contient du céleri, traces possibles de lait, œuf), et vin blanc.
- \*\* **Sauté de bœuf au poivre vert** : avec de la crème fraîche.
- \*\* **Salade péruvienne** : salade, haricots rouges, maïs, fèves et graines de tournesol.
- \*\* **Hachis florentin** : purée de pommes de terre, épinards, lait et fromage râpé.
- \*\* **Navarin d'agneau aux petits légumes** : avec des oignons, petits pois, navets, carottes, haricots verts, tomates.
- \*\* **Fish and chips** : plein filet de cabillaud enrobé d'une fine pâte à beignet, accompagné de frites.
- \*\* **Spaghettis de la mer** : cuisinées avec du colin, des fruits de mer, des moules, farine, crème fraîche, lait, cidre, piment doux, ciboulette, oignons et épices.
- \*\* **Potage St-Germain** : pommes de terre, pois cassés, carottes, oignons, beurre, bouillon de volaille(contient du céleri, traces possibles de lait, œuf).
- \*\* **Salade d'agrumes** : salade, segments de mandarine, orange et pamplemousse.
- \*\* **Sauté de veau à la normande** : cuisiné avec oignons, champignons, crème fraîche, cubes de pommes et cidre.
- \*\* **Crème pâtissière** : avec œufs et lait.
- \*\* **Salade de boulgour** : avec des dés de tomates.
- \*\* **Purée fromagère de P. de terre et panais** : avec P.de terre, panais (légume ancien de couleur blanchâtre qui ressemble et qui est de la famille des carottes), lait et emmental.
- \*\* **à la diable** : avec moutarde, vin blanc, chapelure.
- \*\* **à la niçoise** : cuisiné avec oignons, sauce tomate, poivrons rouges et olives.

**Service de la restauration municipale : 05/53/53/27/92 ( cuisine centrale ) ou 05/53/35/57/52 ( mairie )**