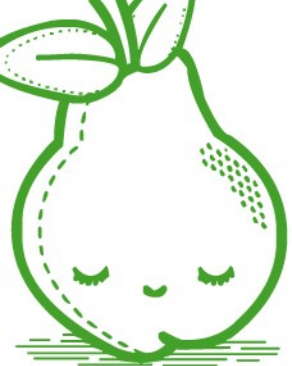


Menus

Restauration municipale



Nous donnons la priorité aux produits frais français, locaux, bio et de saison, ainsi qu'aux viandes françaises. Pain bio tous les mardi, mercredi et vendredi.

* : Viande de bœuf ou de veau française.

Mars 2019	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Du 04/03/19 au 08/03/19	Crème Choisy** Couscous au poulet** Semoule bio Fruit de saison bio	Salade de quinoa bio ** Parmentier de légumes** Yaourt nature vanillé	Potage de poireaux bio Cassolette d'endives bio au jambon** Fruit de saison bio	Salade bio , mimolette et croûtons Poisson à l'oseille** Cordiale de légumes Gâteau au citron maison**	Céleri bio rémoulade** Paupiette de veau à la forestière ** Coquillettes bio Cocktail de fruits
Du 11/03/19 au 15/03/19	Potage de potiron bio Blanquette océane** Riz bio Fruit de saison bio	Mâche et betteraves bio Saucisse de Toulouse Potée au chou Flan caramel	Salade bio , maïs bio , soja Raviolis de légumes à la sauce tomate et basilic Emmental Compote	Soupe de carottes bio Rôti de dinde Haricots beurre St-Paulin Fruit de saison bio	Salade bio , thon, œufs durs Sauté de bœuf* au poivre vert** Pommes vapeur bio Crème dessert
Du 18/03/19 au 22/03/19	Salade bio péruvienne** Hachis florentin** Fromage blanc sucré	Soupe de légumes bio Navarin d'agneau aux petits légumes** Tome noire Fruit de saison bio	Salade bio au bleu Petit salé aux lentilles bio Yaourt aromatisé	Potage de cresson Steak haché* Haricots verts bio Cantal Fruit de saison bio	Carottes râpées bio Fish and chips** Glace bio
Du 25/03/19 au 29/03/19	Soupe de pommes de terre bio et de fèves Rôti de porc Chou fleur bio Camembert Fruit de saison	Salade bio , jambon sec et fromage de brebis Spaghettis bio de la mer** Compote	Potage St-Germain** Poulet rôti Carottes bio et salsifis Pavé demi sel Fruit de saison bio	Salade bio d'agrumes** Sauté de veau* à la normande** Riz bio Crème pâtissière** au chocolat	Salade de boulgour bio ** Purée fromagère de pommes de terre et panais** Fruit de saison bio

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-CHAMIER MENUS MARS 2019

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 croque-monsieur, les nems et les sauces pour nems, les tartes, les galettes, les crêpes, les beignets, salés ou sucrés, les panures, les croûtons, les raviolis, les quenelles, les gnocchis, les cappellettis, les boulettes de soja, les glaces, les gâteaux, la crème pâtissière.

La tomate est souvent présente dans les sautés ou les plats en sauce. Les pâtes sont des pâtes aux œufs.

- ** **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, lait 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 même famille que les carottes), lait et emmental.