



Ville de Coulounieix-Chamiers

Menus

Restauration municipale



Janvier 2022	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Du 03/01/22 au 07/01/22	Salade bio , endives, dés de pommes et noix Spaghettis bio à la bolognaise* Galette des Rois	Potage St-Germain* Cassolette du nord au sarrasin* bio Fruit de saison bio	Chou chinois Sauté de veau** à la moutarde* Carottes persillées bio Flan pâtissier	Mâche, betteraves bio Poisson sauce mouclade* Riz bio Fromage blanc sucré bio	Potage de citrouille bio Côte de porc Haricots verts Kiri Fruit de saison bio
Du 10/01/22 au 14/01/22	Crème de poireaux* bio Sauté de bœuf** à l'australienne* et ses légumes Fruit de saison bio	Salade bio péruvienne* Macaronis bio à l'italienne* Compote bio	Soupe de carottes bio Escalope de dinde Petits pois Camembert Fruit de saison bio	Salade de quinoa * bio Cassolette bretonne* Yaourt aromatisé bio	Salade bio , avocat et œufs durs Cassoulet* à la saucisse du Périgord Mousse au chocolat
Du 17/01/22 au 21/01/22	Salade bio d'agrumes* Couscous au poulet et merguez* Semoule bio Petit Suisse	Soupe de potiron bio Poisson beurre nantais* Cordiale de légumes Tome noire Fruit de saison bio	Céleri bio rémoulade* Steak haché** Purée de pommes de terre Compote bio	Salade bio , fèves et soja Lasagnes de légumes* Yaourt nature sucré bio	Batavia bio au bleu Rôti de porc du Périgord Frites Glace
Du 24/01/22 au 28/01/22	Carottes râpées bio Blanquette *de veau** Riz bio Crème dessert	Tourin à la tomate et vermicelle Poisson pané Epinards béchamel* Fruit de saison bio	Salade bio , petits pois et poivrons Croquets aux champignons* Flan caramel bio	Potage de légumes bio Poulet rôti bio Haricots beurre St-Paulin Fruit de saison	Choux rouges bio Jambon blanc Pommes de terre façon raclette** Compote bio

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.

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 JANVIER 2022

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 calamars à la romaine, les pains pour hamburgers, les fajitas, les wrap, les tortillas, les panures, 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 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

- * **Spaghettis à la bolognaise :** avec des oignons, du beurre, de la viande hachée de bœuf, de la sauce tomate, du concentré de tomate et du fromage râpé.
- * **Potage St-Germain :** pommes de terre, pois cassés, carottes, oignons, beurre, bouillon de volaille (contient du céleri, traces possibles de lait, œuf).
- * **Cassolette du nord au sarrasin :** poireaux, pommes de terre, lait, farine de sarrasin et maroilles.
- * **Sauté de veau à la moutarde :** cuisiné avec oignons, crème fraîche et moutarde.
- * **Sauce mouclade :** avec oignons, moules, crème fraîche et curry.
- * **Crème de poireaux :** avec oignons, pommes de terre, poireaux et crème fraîche.
- * **Sauté de bœuf à l'australienne :** cuisiné avec oignons, pommes de terre, patates douces, sauce barbecue (vin rouge, tomate, ketchup, moutarde, vinaigre et miel) et fond brun de bœuf (contient de la tomate, traces possibles de lait, œuf, céleri).
- * **Salade péruvienne :** salade, haricots rouges, maïs, fèves et graines de tournesol.
- * **Macaronis à l'italienne :** pâtes cuisinées avec oignons, tomates, coulis de tomate, mozzarella, parmesan, olives vertes et noires, basilic et emmental râpé.
- * **Salade de quinoa :** avec des dés de tomates.
- * **Cassolette bretonne :** colin, moules, crevettes, chou fleur, champignons, brocolis, lait, crème fraîche, spigol (curcuma, piment doux, safran, graines de sésame, moutarde, céleri).
- * **Cassoulet à la saucisse du Périgord :** saucisse du Périgord, oignons, carottes, lardons, saucisson à l'ail, tomates et haricots blancs.
- * **Salade d'agrumes :** salade, segments de mandarines, pamplemousses et oranges.
- * **Couscous :** poulet, merguez (de bœuf et mouton sans porc), carottes, courgettes, poivrons, navets, pois chiches, tomates, oignons, épices à couscous et huile d'olive.
- * **Poisson beurre nantais :** cuisiné avec échalotes, beurre et crème fraîche.
- * **Céleri rémoulade :** à la mayonnaise.
- * **Lasagnes de légumes :** ratatouille, béchamel (lait), fromage râpé.
- * **Blanquette de veau :** veau cuisiné avec poireaux, carottes, céleri branche, citron, champignons, crème fraîche, vin blanc et beurre.
- * **Epinards béchamel :** avec lait et muscade.
- * **Crozets aux champignons :** pâtes de Savoie cuisinées en sauce béchamel (lait), crème fraîche, champignons, muscade, bouillon de volaille (contient du céleri, traces possibles de lait, œuf), et fromage râpé.
- * **Pommes de terre façon raclette :** pommes de terre avec du fromage à raclette.

**Pendant la période de la COVID 19
LES MENUS POURRONT CHANGER EN FONCTION
DE L'APPROVISIONNEMENT ET DES JOURS DE LIVRAISON DE NOS FOURNISSEUR**