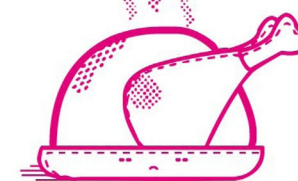


Ville de Coulounieix-Chamiers

# Menus

Restauration municipale



|                                                                                                                  | LUNDI                                                                                                    | MARDI                                                                                                   | MERCREDI                                                                                                            | JEUDI                                                                                                                | VENDREDI                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Du 05/06/23<br/>au 09/06/23</b>                                                                               | Concombres  bio<br>à la crème<br>Sauté d'agneau aux olives*<br>Purée de pommes de terre*<br>Compote  bio | Salade de pâtes  bio<br>à l'emmental*<br>Poisson sauce Thai*<br>Chou fleur  bio<br>Fruit de saison      | Carottes râpées  bio<br>Saucisse du Périgord<br>Lentilles  bio<br>Flan caramel  bio                                 | Pommes de terre<br>et harengs<br>Poulet rôti  bio<br>Haricots verts  bio<br>Kiri<br>Fruit de saison  bio             | <b>L'Amérique du Sud</b><br>Salade de<br>quinoa rouge*  bio<br>Chili de légumes*<br>et son riz  bio<br>Fromage blanc sucré |
| <b>Du 12/06/23<br/>au 16/06/23</b>                                                                               | Salade pois chiches*  bio<br>Macaronis  bio<br>au roquefort*<br>Compote  bio                             | Feuilleté au fromage  bio<br>Poisson sauce safranée*<br>Courgettes persillées  bio<br>Fruit de saison   | Radis  bio<br>Colombo de volaille*<br>Blé  bio<br>Yaourt aromatisé                                                  | Taboulé*  bio<br>Omelette au fromage<br>Ratatouille  bio<br>Fruit de saison  bio                                     | Melon<br>Rôti de porc du Périgord<br>Pois cassés  bio<br>Crème dessert  bio                                                |
| <b>Le menu de<br/>La fête des enfants<br/>est proposé par<br/>les CM1 et CM2<br/>Du 19/06/23<br/>au 23/06/23</b> | Salade  bio , avocat<br>et soja<br>Polenta à l'italienne<br>gratinée*<br>Fruit de saison  bio            | Salade pépinière*<br>Paupiette de lapin<br>à la moutarde*<br>Brocolis  bio<br>Yaourt vanillé  bio       | <b>Pique-nique au centre</b><br>Pastèque<br>Jambon de dinde<br>Chips<br>Fromage<br>Glace                            | Pizza<br>Bœuf** au poivre vert*<br>Petits pois et carottes  bio<br>St-Morêt  bio<br>Fruit de saison                  | <b>Fête des enfants</b><br>Tomates  bio, mozzarella<br>Tenders de poulet*<br>Frites  bio<br>Donuts                         |
| <b>Du 26/06/23<br/>au 30/06/23</b>                                                                               | Tarte au fromage<br>Escalope de volaille<br>Carottes  bio à la crème<br>Fruit de saison  bio             | Concombres  bio<br>Sauté de porc<br>à la bretonne*<br>Semoule  bio<br>Liégeois                          | Lentilles  bio , tomates<br>et mimolette<br>Steak haché**<br>Haricots beurre<br>Compote  bio                        | Batavia  bio, poivrons<br>et haricots rouges  bio<br>Cappelletti aux épinards<br>et fromage*  bio<br>Fruit de saison | Melon<br>Poisson froid/mayonnaise<br>Pommes vapeur<br>Yaourt nature sucré  bio                                             |
| <b>Du 03/07/23<br/>au 07/07/23</b>                                                                               | Pastèque<br>Torsades  bio de la mer*<br>Fromage blanc sucré                                              | Salade de boulghour  bio<br>aux fèves*<br>Parmentier de<br>courgettes  bio<br>Tarte grillée à l'abricot | Céleri  bio rémoulade*<br>Côte de porc du Périgord<br>Gnocchis à la provençale<br>gratinés*<br>Fruit de saison  bio | Salade  bio, fêta, croûtons<br>et miel<br>Blanquette* de veau**<br>Riz  bio<br>Compote  bio                          | Radis  bio / beurre<br>Roulé au fromage<br>Salade verte  bio<br>Glace  bio<br><b>Bonnes vacances à tous !!!</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. 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-CHAMIER

### MENUS de juin 2023

**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, 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 d'agneau aux olives :** avec oignons, tomates, olives noires et vertes.
- \* **Purée de pommes de terre :** avec du lait.
- \* **Salade de pâtes à l'emmental :** pâtes, dés de tomates, poivrons, olives et dés d'emmental.
- \* **Poisson sauce Thaï :** avec oignons, lait de coco, crème fraîche, tomates, épices Thaï (citron, piment doux, graines de coriandre, gingembre, cumin, curcuma, poivrons, cannelle, badiane, muscade et cardamome).
- \* **Salade de quinoa rouge :** quinoa rouge et blanc, oignons, courgettes, tomates, poivrons, baies de cranberries séchées.
- \* **Chili de légumes :** avec oignons, poivrons verts et jaunes, hachis végétal de soja, tomates, haricots rouges, maïs, épices mexicains (graines de coriandre, graines de sésame, paprika doux, cumin, origan) et paprika.
- \* **Salade pois chiches :** salade, pois chiches, tomates, maïs, poivrons, ciboulette.
- \* **Macaronis au roquefort :** avec oignons, lait, beurre, crème fraîche, fromage blanc, dés de roquefort, ciboulette et fromage râpé.
- \* **Poisson sauce safranée :** avec oignons, beurre, crème fraîche, jus du poisson, épices spigol (curcuma, piment doux, safran, traces de graines de sésame, gingembre, coriandre, muscade, moutarde, céleri) .
- \* **Colombo de volaille :** sauté de dinde cuisiné avec oignons, tomates et épices à colombo (curcuma, graines de coriandre, cumin, fenugrec, graines de moutarde, épices).
- \* **Taboulé :** avec tomates, poivrons, concombres, citron, menthe, huile d'olive.
- \* **Polenta à l'italienne :** polenta (à base de farine de maïs), lait, oignons, tomates, origan, huile d'olive, courgettes, poivrons rouges et fromage râpé.
- \* **Salade pépinette :** salade de pâtes alsaciennes en forme de grains de riz avec de dés de tomate, poivrons, maïs et olives.
- \* **Paupiette de lapin à la moutarde :** avec oignons, crème fraîche et moutarde.
- \* **Sauté de bœuf au poivre vert :** avec oignons, crème fraîche et poivre vert.
- \* **Tenders de poulet :** filets de poulet panés.
- \* **Sauté de porc à la bretonne :** avec oignons, champignons, lardons fumés, cidre doux, crème fraîche et persil.
- \* **Cappellettis aux épinards et fromage :** pâtes fraîches farcies aux épinards, emmental et fromage blanc de vache cuisinées avec lait, crème fraîche, oignons, parmesan.
- \* **Torsades de la mer :** pâtes torsades 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).
- \* **Salade de boulgour aux fèves :** avec des tomates, poivrons et fèves.
- \* **Parmentier de courgettes :** purée de pommes de terre, courgettes, lait et fromage râpé.
- \* **Céleri rémoulade :** avec de la mayonnaise.
- \* **Gnocchis à la provençale gratinés :** croquettes de pommes de terre cuisinées avec oignons, tomates, , huile d'olive, ciboulette, olives et fromage râpé.
- \* **Blanquette de veau :** veau cuisiné avec oignons, poireaux, carottes, céleri branche, citron, champignons, crème fraîche, beurre et vin blanc.