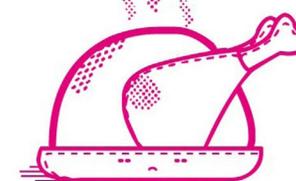


Ville de Coulounieix-Chamiers

Menus

Restauration municipale



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Du 06/11/23 au 10/11/23	Salade bio , endives et avocats Bœuf**à l'australienne* Petit Suisse	Potage de poireaux bio Poisson safrané** Carottes persillées bio Fruit de saison	Taboulé bio * Omelette au fromage à la provençale** Salade bio Compote bio	Radis bio Petit salé Potée au chou Yaourt nature sucré bio	Soupe de fèves Croziflette* Fruit de saison bio
Du 13/11/23 au 17/11/23	Carottes râpées bio Poisson sauce citron* Riz bio Flan caramel bio	Salade bio , pommes et ananas Escalope de dinde Petits pois bio Éclair	Lentilles bio , maïs bio et poivrons Gratin du Larzac* Fruit de saison bio	Salade pépinette* Rôti de porc bio du Périgord Chou fleur bio Crème dessert	Soupe de citrouille bio Irish tew* Tome Noire Fruit de saison bio
Du 20/11/23 au 24/11/23	<u>Journée des droits des enfants</u> Salade bio , fêta, miel et croûtons Poulet rôti bio Frites bio Glace	Potage St-Germain* bio Paupiette de lapin à la forestière* et ses petits légumes bio St-Paulin bio Fruit de saison bio	Salade bio , surimi et fenouil Steak haché** Pâtes tortis bio Fromage blanc sucré	Salade bio , haricots rouges et maïs bio Gratin de potimarron et pommes de terre* Fruit de saison bio	<u>Salon du chocolat</u> Chou chinois bio Blanquette de la mer* Boullgour bio Gâteau au chocolat*
Du 27/11/23 au 01/12/23	Potage de courgettes bio au kiri Veau**à l'indienne* Salsifis et haricots verts Fruit de saison bio	Mâche et betteraves bio Jambon blanc Pommes de terre en raclette* Yaourt vanillé	Potage de légumes bio Poisson aux poivrons rouges* Brocolis gratinés bio Fruit de saison	Salade bio au bleu Cassoulet* et sa saucisse du Périgord Compote bio	Salade de blé bio et fèves * Hachis florentin* Yaourt aromatisé 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.

Les céréales (pâtes, riz, blé, quinoa, boullgour, 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 novembre 2023

ATTENTION : Présence (ou traces)de : Fruits à coque, lait, œuf, poisson, mollusques, crustacés, céleri, soja dans :

Les pâtés en croûte, les pâtés, la charcuterie, 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 cappelletti, les boulettes de soja ou de légumes, les cordons bleus, les viandes et volailles farcies, les glaces, les gâteaux, les galettes des rois, les tartes, 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.

- * **Bœuf à l'australienne** : cuisiné avec oignons, pommes de terre, patates douces, sauce barbecue (tomate, ketchup, moutarde, vinaigre et miel).
- * **Poisson safrané** : avec oignons, épices spigol (curcuma, piment doux, safran, traces de graines de sésame, gingembre, coriandre, muscade, moutarde, céleri), cidre doux, crème fraîche et ciboulette.
- * **Taboulé** : avec des dés de tomates et poivrons.
- * **Omelette au fromage à la provençale** : avec oignons, tomates et olives.
- * **Croziflette** : crozets (pâtes de Savoie) cuisinés avec oignons, lait, beurre, crème fraîche, reblochon, bouillon de légumes bio (oignons, carottes, légumes, potiron, huile de tournesol, curcuma), ciboulette et fromage râpé.
- * **Poisson sauce citron** : avec du beurre, citron, crème fraîche.
- * **Gratin du Larzac** : P.de terre, carottes, dés de bleu, lait, crème fraîche et fromage râpé.
- * **Salade pépinette** : salade de pâtes alsaciennes en forme de grain de riz avec dés de tomates, poivrons, maïs et olives.
- * **Irish Tew** : ragoût d'agneau cuisiné avec oignons, pommes de terre, poireaux, carottes et céleri branche.
- * **Potage St-Germain** : pommes de terre, pois cassés, carottes, oignons, beurre.
- * **Paupiette de lapin à la forestière** : avec oignons, crème fraîche et champignons.
- * **Gratin de potimarron et pommes de terre** : avec oignons, pommes de terre, potimarrons, lait, crème fraîche, fromage râpé, ail et persil.
- * **Blanquette de la mer** : poisson blanc, moules, crevettes, champignons, poireaux, carottes, crème fraîche, bouillon de volaille (contient du céleri, traces possibles de lait, œuf), et vin blanc.
- * **Gâteau au chocolat** : chocolat, beurre, œufs, farine, sucre de canne.
- * **Veau à l'indienne** : cuisiné avec oignons, tomates, raisins, mangue, lait de coco, curry, épices garam masala (graines de coriandre, cumin, cardamome, piment doux, curcuma, muscade, gingembre, girofle, cannelle).
- * **Pommes de terre en raclette** : oignons, pommes de terre, fromage à raclette.
- * **Poisson aux poivrons rouges** : oignons, poivrons, crème fraîche, cidre doux et épices spigol (curcuma, piment doux, safran, traces de graines de sésame, gingembre, coriandre, muscade, moutarde, céleri) .
- * **Cassoulet** : avec oignons, haricots blancs, tomates, carottes.
- * **Salade de blé et fèves** : avec des dés de tomates, poivrons.
- * **Hachis florentin** : purée de pommes de terre, épinards, lait et fromage râpé.