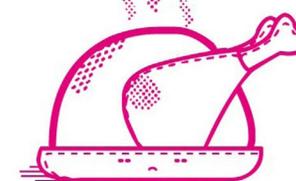


Ville de Coulounieix-Chamiers

# Menus

Restauration municipale



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
<b>Du 04/12/23 au 08/12/23</b>	Salade  bio au Munster Choucroute garnie Compote  bio	Potage corail* Macaronis  bio à l'italienne* Fruit de saison  bio	Salade de quinoa*  bio Escalope de dinde Haricots beurre Petit Suisse	Salade  bio, avocat, soja Ragoût de bœuf** à l'ancienne* Purée de pommes de terre Yaourt nature sucré  bio	Soupe de fèves Poisson beurre nantais* Carottes persillées  bio Fruit de saison  bio
<b>Du 11/12/23 au 15/12/23</b>	Saucisson sec Poisson au saumon fumé* Blé  bio Fruit de saison  bio	Batavia  bio, endives, bleu Sauté de porc à la moutarde* et ses petits légumes Compote  bio	Carottes râpées  bio Steak haché** Pommes sautées Flan caramel  bio	Crème de poireaux*  bio Rougail de légumes* Riz  bio et haricots rouges  bio Fruit de saison	Salade  bio d'agrumes* Chipolatas du Périgord  bio Potée ardéchoise* Fromage blanc sucré
<b>Du 18/12/23 au 22/12/23</b>	Soupe de poisson* Omelette nature  bio Salade  bio Fruit de saison	Céleri  bio rémoulade* Blanquette* de veau** Coquillettes  bio Yaourt vanillé  bio	Mâche et betteraves  bio Cassolette d'automne* gratinée Glace  bio	Potage St-Germain*  bio Beignets de chou-fleur à la mexicaine* Camembert Fruit de saison  bio	<b>Repas de Noël</b> Salade  bio, conté et noix Fondant de poulet farci sauce foie gras* et son gratin dauphinois* Dessert surprise
<b>Centre de loisirs Du 25/12/23 au 29/12/23</b>	<b>« Joyeux Noël »</b>  <b>FÉRIÉ</b>	Salade  bio, petits pois  bio, poivrons Lasagnes* de légumes  bio Fruits au sirop	Chou rouge râpé  bio Petit salé Lentilles  bio Crème dessert  bio	Potage de citrouille  bio Poisson pané Epinards  bio béchamel Fruit de saison  bio	<b>Repas de fête</b> Mousse de canard* Sauté de chapon sauce aux cèpes* Pommes festives Dessert surprise
<b>Centre de loisirs Du 01/01/24 au 05/01/24</b>	<b>« Bonne année »</b>  <b>FÉRIÉ</b>	Salade  bio et mimolette Brandade de poisson* Compote  bio	Velouté de carottes  bio au kiri Bœuf **à la thaïlandaise* Poêlée de légumes  bio Fruit de saison	Mâche, endives et haricots rouges  bio Raviolis au fromage sauce tomate et parmesan Gâteau basque	Pizza Rôti de porc du Périgord  bio Chou fleur  bio Fruit de saison  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, boulgour, 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 décembre 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, de volaille ou de 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 gratins dauphinois, 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.

- \* **Potage corail :** oignons, pommes de terre, lentilles corail, carottes, lait de coco et curry.
- \* **Macaronis à l'italienne :** cuisinées avec oignons, sauce tomate, coulis de tomate, huile d'olive, basilic, olives vertes et noires, parmesan, mozzarella et fromage râpé.
- \* **Salade de quinoa :** avec des dés de poivrons, tomates et maïs.
- \* **Ragoût de bœuf à l'ancienne :** avec oignons, pommes de terre, carottes, champignons, crème fraîche, vin blanc, fond brun de bœuf (tomate, traces possibles de lait, soja, céleri).
- \* **Poisson beurre nantais :** sauce avec jus du poisson, beurre, crème fraîche, citron et ciboulette.
- \* **Poisson sauce saumon fumé :** avec oignons, crème fraîche, saumon fumé, jus du poisson et épices spigol (curcuma, piment doux, safran, traces de graines de sésame, gingembre, coriandre, muscade, moutarde, céleri).
- \* **Sauté de porc à la moutarde :** avec oignons, crème fraîche et moutarde.
- \* **Crème de poireaux :** avec oignons, crème fraîche, pommes de terre et poireaux.
- \* **Rougail de légumes :** avec oignons, tomates, carottes, potimarron et bouillon de légumes bio (oignons, carottes, potiron, curcuma, sel, arôme naturel de légume).
- \* **Salade d'agrumes :** salade, segments d'oranges, de mandarines et ananas.
- \* **Potée ardéchoise :** avec oignons, beurre, pommes de terre, carottes, choux verts, lardons et châtaignes.
- \* **Soupe de poisson :** colin, bisque de homard, langoustines, crustacés, mollusques, tomates, carottes, poireaux, fenouil, céleri branches, soja, moutarde, beurre, crème fraîche, œufs, épices (origan, curcuma, coriandre, muscade, gingembre, paprika, safran, anis étoilé), croûtons naturels et fromage râpé.
- \* **Céleri rémoulade :** avec de la mayonnaise.
- \* **Blanquette de veau :** veau cuisiné avec poireaux, carottes céleri branches, citron, champignons, crème fraîche, beurre et vin blanc.
- \* **Cassolette d'automne gratinée :** avec oignons, colin, potimarrons, pommes de terre, patates douces, lait, citron, crème fraîche, épices spigol (curcuma, piment doux, safran, traces de graines de sésame, gingembre, coriandre, muscade, moutarde, céleri) et emmental râpé. **Potage St-Germain :** avec oignons, pommes de terre, carottes et pois cassés.
- \* **Beignets de chou fleur à la mexicaine :** chou fleur en beignet, maïs, poivrons, courgettes, sauce tomate, épices mexicains (graines de coriandre, graines de sésame, paprika doux, cumin, origan).
- \* **Fondant de poulet farci sauce foie gras :** avec farce de dinde (sans porc), champignons, crème fraîche, foie gras et bouillon de volaille bio (poule bio, romarin, oignons, ail, curcuma).
- \* **Gratin dauphinois :** avec de la crème. \* **Lasagnes de légumes :** ratatouille bio, lait et fromage râpé.
- \* **Mousse de canard :** pur canard sans porc.
- \* **Sauté de chapon sauce aux cèpes :** avec oignons, crème fraîche et cèpes.
- \* **Brandade de poisson :** avec colin, pommes de terre, ail, lait, huile d'olive et persil.
- \* **Sauté de bœuf à la thaïlandaise :** avec oignons, champignons noirs, carottes, poivrons, pousses de soja, curcuma, muscade, cardamome, épices thaï (citron, piment doux, graines de coriandre, gingembre, cumin, poivrons, cannelle, badiane).