

Restauration municipale Menus de Octobre 2024

	semaine 40	semaine 41	semaine 42	semaine 43	semaine 44
	30-sept	07-oct	14-oct	21-oct	28-oct
LUNDI	<p>Carottes râpées BIO (10)</p> <p>Poulet</p> <p>Frites</p> <p>Barre glacée (1-5-6-7)</p> <p>GOUTER APS : Fruit – biscuit (1-3-7)</p>	<p>Sans viande et sans poisson</p> <p>Betteraves et maïs vinaigrette (10)</p> <p>Couscous (1) et ses légumes</p> <p>Boulette panée BIO (1-6)</p> <p>Tomme grise (7)</p> <p>Pomme</p> <p>GOUTER APS : Fruit – biscuit (1-3-7)</p>	<p>Le Vendée Globe s'invite à la semaine du goût</p> <p>La descente de l'Océan Atlantique - Sans viande et sans poisson</p> <p>Gaspacho</p> <p>Tortilla de patatas (3-7) et salade BIO (10)</p> <p>Fromage de brebis (7)</p> <p>Pasteis de nata (1-3-7)</p> <p>GOUTER APS : Fruit – biscuit (1-3-7)</p>	<p>Menus accueil de loisirs</p> <p>Rillettes de sardines au fromage frais (4-7)</p> <p>Penne (1)</p> <p>à la bolognaise BIO</p> <p>Nashi</p> <p>GOUTER ALSH : Fruit – biscuit (1-3-7)</p>	<p>Menus accueil de loisirs</p> <p>Betteraves vinaigrette (10)</p> <p>Curry de porc BIO (7)</p> <p>Boulgour (1)</p> <p>Saint Nectaire (7)</p> <p>Clementine</p> <p>GOUTER ALSH : Fruit – biscuit (1-3-7)</p>
MARDI	<p>01-oct</p> <p>Piémontaise (3-10)</p> <p>Poisson frais (4-7)</p> <p>Brocolis</p> <p>Plateau de fromages (7)</p> <p>Raisin BIO</p> <p>GOUTER APS : Pain – bâton de chocolat</p>	<p>08-oct</p> <p>Salade grecque croûtons et feta (1-7-10)</p> <p>Noix de joue de bœuf braisé aux carottes BIO</p> <p>Gâteau yaourt poire chocolat (1-3-7)</p> <p>GOUTER APS : Pain – confiture</p>	<p>15-oct</p> <p>Le Cap de Bonne Espérance</p> <p>Accras de morue (1-3-4)</p> <p>Mafé de poulet BIO</p> <p>Patate douce (7)</p> <p>Banane cuite</p> <p>GOÛTER APS : Pain – pâte à tartiner (7-8)</p>	<p>22-oct</p> <p>Velouté de courgettes au kiri (7)</p> <p>Emincé de volaille au curry (7)</p> <p>Riz BIO</p> <p>Clafoutis aux fruits (1-3-7)</p> <p>GOUTER ALSH : Pain – bâton de chocolat</p>	<p>29-oct</p> <p>Carottes râpées (10)</p> <p>Couscous poulet BIO (1)</p> <p>et ses légumes</p> <p>Glace (3-7)</p> <p>GOUTER ALSH : Pain – compote</p>
MERCREDI	<p>02-oct</p> <p>Salade arlequin (7-10)</p> <p>Sauté de porc BIO au cidre</p> <p>Coquillettes (1)</p> <p>Compote</p> <p>GOUTER ALSH : Croissant (1-3-7)</p>	<p>09-oct</p> <p>Œuf mayonnaise (3-10)</p> <p>Wrap's de poulet (1-3-10-12)</p> <p>Salade verte (10)</p> <p>Fromage blanc aux fruits BIO (7)</p> <p>GOUTER ALSH : Cake marbré (1-3) - jus de fruits</p>	<p>16-oct</p> <p>Le Cap Leeuwin</p> <p>Salade Australienne (betterave et feta) (7-10)</p> <p>Barbecue Snags (saucisse de bœuf) BIO</p> <p>Galette de légumes (1-3-7-10)</p> <p>Pavlova mangue framboise (1-6)</p> <p>GOUTER ALSH : Beignet (1-3)</p>	<p>23-oct</p> <p>Sans viande et sans poisson</p> <p>Concombre (7-10) BIO</p> <p>Aiguillette blé feta épinard (1-3-7-9)</p> <p>Haricots verts</p> <p>Pont l'Évêque (7)</p> <p>Compote de pomme</p> <p>GOUTER ALSH : Flan pâtissier (1-3-7)</p>	<p>30-oct</p> <p>Choux BIO, noix et pommes (8-10)</p> <p>Saucisses aux herbes</p> <p>Petit pois carottes</p> <p>Yaourt (7)</p> <p>GOUTER ALSH : Pain chocolat (1-3-6-7)</p>
JEUDI	<p>03-oct</p> <p>Sans viande et sans poisson</p> <p>Friand au fromage (1-7)</p> <p>Pilaf de boulgour (1)</p> <p>aux petits légumes et boursin (7)</p> <p>Poire BIO</p> <p>GOUTER APS : Céréales (1) et lait (7)</p>	<p>10-oct</p> <p>Salade de riz et thon (4-10)</p> <p>Porc façon marengo</p> <p>Légumes d'automne BIO</p> <p>Rouy (7)</p> <p>Orange</p> <p>GOUTER APS : Fruit – brioche (1-3)</p>	<p>17-oct</p> <p>Le Cap Horn</p> <p>Sopa de arroz con mani (soupe PDT et légumes)</p> <p>Moqueca de peixe (ragoût de poisson) (7)</p> <p>Entramme BIO (7)</p> <p>Ananas</p> <p>GOUTER APS : Compote – biscuit (1-3-7)</p>	<p>24-oct</p> <p>Pâté de campagne (3-7)</p> <p>Filet de poisson frais (4-7)</p> <p>Trio de choux</p> <p>Emmental (7) BIO</p> <p>Kiwi</p> <p>GOUTER ALSH : Fruit – brioche (1-3)</p>	<p>31-oct</p> <p>Macédoine de légumes (3-10)</p> <p>Parmentier de bœuf à la butternut (7)</p> <p>Salade verte (10)</p> <p>Camembert (7) BIO</p> <p>Pomme</p> <p>GOUTER ALSH : Cake (1-3-7) - lait (7)</p>
VENDREDI	<p>04-oct</p> <p>Concombre (7-10)</p> <p>Sauté de veau à la provençale</p> <p>Haricots verts</p> <p>Millet BIO au lait (1-7)</p> <p>GOUTER APS : Pain – fromage (7)</p>	<p>11-oct</p> <p>Salade de choux BIO Vendéenne (7-10)</p> <p>Poisson frais (4-7)</p> <p>Pomme vapeur</p> <p>Pot de crème façon tarte citron (1-6-7)</p> <p>GOÛTER APS : Pain – compote</p>	<p>18-oct</p> <p>La remontée de l'Océan Atlantique</p> <p>Salade Sud Américaine (10)</p> <p>Pulled pork ou porc effiloché BIO façon parmentier (7)</p> <p>Sundae (7-8)</p> <p>GOÛTER APS : Pain – fromage (7)</p>	<p>25-oct</p> <p>Coleslaw (10)</p> <p>Haché d'agneau</p> <p>Purée de pommes de terre (7)</p> <p>Fromage blanc (7) BIO</p> <p>GOUTER ALSH : Pain – confiture</p>	<p>01-nov</p> <p>Férié</p>

Toutes nos viandes sont d'origine Française cependant selon les approvisionnements, elles peuvent être d'origine UE.

les approvisionnements, elles peuvent être d'origine UE.

Liste des 14 allergènes : 1-Gluten, 2-Crustacés, 3-œufs, 4-Poisson,

5-Arachides, 6-Soja, 7-Lait, 8-Fruits à coque, 9-céleri,

10-Moutarde, 11-Sésame, 12-Sulfites, 13-Lupins, 14-Mollusques.

Sous réserve des approvisionnements

Recette de Joue de porc au cidre de Pascal

Ingrédients pour 4 personnes : Joue de porc : 8 , Pomme de terre : 1 kg , Carotte : 6 , Oignon : 1 , Cidre brut : 75 cl , Huile d'olive : 1 c à s , Beurre : 10 g , Bouquet garni : 1

Préparation:

- 1 Faire revenir dans le mélange huile-beurre les joues de porc. Saler et poivrer. Les retirer et les laisser en attente.
- 2 Ajouter l'oignon émincé, les pommes de terre coupées en gros morceaux, les carottes en bâtonnets. Laisser revenir 10 minutes.
- 3 Remettre les joues, ajouter le bouquet garni et arroser avec le cidre. Couvrir. Amener à ébullition et laisser mijoter 1h30.
- 4 Pour finir, au bout d'1h30, ôter le couvercle et poursuivre la cuisson pendant 30 minutes.

