

Restauration municipale Menus de Novembre 2023

	semaine 44	semaine 45	semaine 46	semaine 47
LUNDI	30-oct Menus accueil de loisirs Betteraves vinaigrette (10) Curry de Porc BIO Boulgour (1) Petit suisse (7) Kiwi GOUTER APS : Céréales (1) et lait (7)	06-nov Friand au fromage (1-7) Escalope de poulet (7) Carotte vichy BIO Morbier (7) Compote de pommes GOUTER APS : Fruit – pain d'épices (1)	13-nov Salade arlequin (7-10) Poulet rôti BIO Frites Galet de Loire (7) Clémentine GOUTER APS : Compote – boudoir (1-3-7)	20-nov Salade Hollandaise (7-10) Coquillettes (1) A la carbonara (7) Saint Paulin (7) Compote de pommes BIO GOUTER APS : Fromage blanc (7) – casse-croute (1)
	MARDI	31-oct Carottes râpées (10) BIO Couscous Poulet (1) et ses légumes Saint Nectaire (7) Glace (6-7-8) GOUTER APS: Pain (1) - Fromage (7)	07-nov Salade de pommes de terre et thon (4-10) Filet de poisson frais (4) Epinards à la crème (7) Plateau de fromages (7) Raisin BIO GOUTER APS : Pain (1) – confiture	14-nov Salade Mexicaine (10) Blanquette de veau (7) Riz pilaf BIO Plateau de fromages (7) Yaourt (7) GOUTER APS : Pain (1) – bâton chocolat
MERCREDI	01-nov Férié	08-nov Concombre (10) BIO Saucisse de porc Lentilles Bûchette laitière (7) Yaourt aux fruitx (7) GOUTER ALSH : Fruit – brioche (1-3)	15-nov Sans viande et sans poisson Carottes râpées (10) BIO Clafoutis Niçois (3-7) Mimolette (7) Crème dessert chocolat (7) GOUTER ALSH : Croissant (1-3-7)	22-nov Taboulé (1-10) Sauté de volaille à l'indienne (7) BIO Haricots verts Pont l'Évêque (7) Pomme GOUTER ALSH : Pain au chocolat (1-3-6-7)
JEUDI	02-nov Sans viande et sans poisson Choux, noix et pommes (8-10) Croc tofu provençal (1-6) BIO Petit pois carottes Mimolette (7) Clafoutis aux fruits (1-3-7) GOUTER APS : Fruit - Cake (1-3)	09-nov Sans viande et sans poisson Potage de légumes BIO (7) Omelette (3) Salade (10) Coulommiers (7) Poire GOUTER APS : Fromage blanc (7) – biscuit (1-3-7)	16-nov Mousson de canard (1) Filet mignon de porc Pommes fruit Camembert BIO (7) Banane GOUTER APS : Laitage (7) – biscuit (1-3-7)	23-nov Rillettes de sardines aux herbes (4-7) Langue de Bœuf sauce Madère Pommes de terre BIO Plateau de fromages (7) Ananas GOUTER APS : Laitage (7) – biscuit (1-3-7)
VENDREDI	03-nov Macédoine de légumes (3-10) Sauté de veau Pommes vapeur persillées Camembert (7) BIO Pomme GOUTER APS : Pain (1) – pâte à tartiner (7-8)	10-nov Salade de maïs et croûtons (1-10) Parmentier de Bœuf BIO (7) Morbier (7) Entremet caramel (7) GOUTER APS : Pain (1) – compote	17-nov Coleslaw (3-10) Poisson frais sauce provençale (4) et ses légumes Brie (7) Semoule au lait BIO (1-7) GOUTER APS : Pain(1) – pâte à tartiner (7-8)	24-nov Sans viande et sans poisson Velouté de courges BIO (7) Lasagnes végétale (1-7) Petit nova (7) Cake au citron (1-3-7) GOUTER APS : Pain (1) - bâton de chocolat

Toutes nos viandes sont d'origine Française cependant selon 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

Blanquette de Veau

Ingrédients pour 6 personnes : 1200 g de Sauté de Veau Épaule, Garniture aromatique : 4 Carottes, 1 Gros oignon, 2 Blancs de poireaux, 1 branche de céleri, 1 Gousse d'ail, 3 clous de girofle, 1 Bouquet garni, Garniture : 4 Carottes, 150 g d'oignons grelots, 150 g de champignons frais, sucre 25 g, Finition : 85 g Beurre, 60 g de Farine, 3 C à S de crème fraîche épaisse, 3 Jaunes d'œuf, 1 Citron le jus, Sel, Piment d'Espelette

Préparation : Dans une cocotte mettre la viande et la recouvrir d'eau, portez à ébullition. Écumez la mousse en surface.

· Ajoutez la garniture aromatique, sel, 1 pincée de piment d'Espelette laissez mijoter 2 h 00 à petit bouillon (important, plus la viande va cuire lentement plus moelleuse elle sera).

· préparer, laver et couper les champignons, carottes, oignons grelots les mettre dans une sauteuse en les recouvrant d'eau à moitié, ajoutez le sucre et 25 g de beurre, salez et poivrez, laissez cuire sans coloration jusqu'à l'évaporation complète de l'eau. Réservez.

· Au bout des deux heures de cuisson de la viande. Retirez la garniture aromatique et la viande.

A l'aide d'un chinois ou d'une passoire fine, filtrez le bouillon et réservez. Dans une cocotte, faites le roux avec 60 g de beurre et 60 g de farine à l'aide d'un fouet ajoutez le bouillon et en