

MENU MIDI

MENU A RESTITUER AVANT VENDREDI 31 OCTOBRE

	LUNDI 17/11	MARDI 18/11	MERCREDI 19/11	JEUDI 20/11	VENDREDI 21/11	SAMEDI 22/11	DIMANCHE 23/11
ENTREE	Céleri rémoulade ☐ <i>ou</i> Boulgour à l'oriental ☐	Salade Piémontaise ☐ <i>ou</i> 1/2 pomelos ☐	Salade verte et dés de cheddar gouda ☐ <i>ou</i> Macédoine de légumes ☐	Pâté de campagne ☐ <i>ou</i> Carottes râpées ☐	Betteraves BIO vinaigrette ☐ <i>ou</i> Saucisson à l'ail ☐	Salade coleslaw ☐ <i>ou</i> Harengs pomme à l'huile ☐	Rosette Lyonnaise ☐ <i>ou</i> Sardine à la tomate ☐
PLAT	Haché de veau sauce au bleu ☐ <i>ou</i> Omelette fraîche ☐	Emincé de porc aux pruneaux ☐ <i>ou</i> Poisson pané plein filet ☐	Couscous (poulet) PLAT COMPLET ☐ <i>ou</i> Saucisse braisée ☐	Paleron de bœuf braisé ☐ <i>ou</i> Tarte 3 fromages ☐	Cœur de merlu sauce citron ☐ <i>ou</i> Rognons de bœuf sauce Madère ☐	Rôti de dinde au jus ☐ <i>ou</i> Gratin de fruits de mer maison ☐	Blanquette de saumon des Pyrénées ☐ <i>ou</i> Feuilleté chèvre ☐
GARNITURE	Pâtes BIO ☐ <i>ou</i> Fondue de poireaux ☐	Riz aux légumes ☐ <i>ou</i> Haricots beurre aux aromates ☐	Pâtes BIO ☐ <i>ou</i> Chou-fleur béchamel ☐	Ecrasé de pommes de terre ☐ <i>ou</i> Epinards à la crème ☐	Patates douces persillées ☐ <i>ou</i> Endives meunière ☐	Lentilles ménagère ☐ <i>ou</i> Garniture de céleri aux aromates ☐	Riz Pilaf ☐ <i>ou</i> Haricots verts persillés ☐
FROMAGE	Fromage à la coupe ☐ <i>ou</i> Petit moulé aux noix ☐	Tomme noire à la coupe ☐ <i>ou</i> Chanteneige ☐	Camembert ☐ <i>ou</i> Brebicrème ☐	Gouda ☐ <i>ou</i> Vache picon ☐	Fourme d'Ambert AOP ☐ <i>ou</i> Saint Paulin ☐	Bûche du Pilat à la coupe ☐ <i>ou</i> Le carré ☐	Pavé d'affinois ☐ <i>ou</i> Yaourt nature ☐
DESSERT	Fruit de saison ☐ <i>ou</i> Petit suisse nature ☐	Liégeois à la vanille ☐ <i>ou</i> Fruit de saison ☐	Pêche au sirop léger ☐ <i>ou</i> Yaourt nature ☐	Mesturet ☐ <i>ou</i> Fruit de saison ☐	Fruit de saison ☐ <i>ou</i> Fromage blanc ☐	Fruit de saison ☐ <i>ou</i> Crème dessert au caramel ☐	Paris Brest ☐ <i>ou</i> Fruit de saison ☐



Produit en Occitanie



Viandes de France ou UE



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Fait maison

NOM :

Commune :

TEL : 04 68 45 59 10
Du lundi au vendredi de 7h à 14h.
MAIL : service.restauration@sivom-narbonne-rural.fr

MENU SOIR

MENU A RESTITUER AVANT VENDREDI 31 OCTOBRE

	LUNDI 17/11	MARDI 18/11	MERCREDI 19/11	JEUDI 20/11	VENDREDI 21/11	SAMEDI 22/11	DIMANCHE 23/11
ENTREE	Soupe de légumes (poireaux, carottes, céleri rave, chou fleur, pdt) ☐ ou Salade verte ☐	Soupe Paysanne (brunoise, haricots blancs, pdt) ☐ ou Cœurs de palmier en salade ☐	Crème de champignons ☐ ou Pâtes BIO à l'Italienne ☐	Potage Jardinière (carottes, petits pois, haricots mange tout, navet) ☐ ou Salade de museau ☐	Velouté de tomates ☐ ou Œufs durs mayonnaise ☐	Potage Cultivateur (carottes, oignons, pdt) ☐ ou Concombres au fromage blanc ☐	Soupe de légumes verts (brocolis, courgettes, épinards, brunoise de légumes, pdt) ☐ ou Salade verte ☐
PLAT	Steak végétal sauce au bleu ☐ ou Bourride de calamars à la Sétoise ☐	Crousti fromage ☐ ou Pavé de hoki en persillade ☐	Merguez ☐ ou Œufs durs béchamel ☐	Tenders végétal ☐ ou Filet de truite sauce Hollandaise ☐	Jambon blanc Supérieur ☐ ou Croq veggie ☐	Dos de colin poché au court bouillon ☐ ou Tarte chèvre tomate basilic ☐	Filet de raie sauce aux câpres ☐ ou Poulet au jus ☐
GARNITURE	Boulgour ☐ ou Navets persillés ☐	Polenta crémeuse ☐ ou Brunoise de légumes ☐	Semoule ☐ ou Petits pois au jus ☐	Blé ☐ ou Poêlée de champignons ☐	Tagliatelles ☐ ou Blettes aux aromates ☐	Pommes de terre vapeur ☐ ou Courgettes braisées ☐	Pommes dauphine ☐ ou Carottes persillées ☐
FROMAGE	Tomme blanche ☐ ou Samos ☐	Cantafrais ☐ ou Mimolette ☐	Saint Paulin ☐ ou Tartare nature ☐	Chanteneige ☐ ou Bleu douceur ☐	Chantailou ail et fines herbes ☐ ou Emmental BIO ☐	Saint Nectaire AOP ☐ ou Samos ☐	Cantal AOP ☐ ou Petit moulé aux noix ☐
DESSERT	Yaourt aux fruits mixés ☐ ou Purée de fruits pomme banane ☐	Crème dessert café ☐ ou Cocktail de fruits au sirop léger ☐	Yaourt aromatisé ☐ ou Riz au lait ☐	Purée pomme poire BIO ☐ ou Yaourt nature ☐	Petit suisse aux fruits ☐ ou Fruit de saison ☐	Yaourt aux fruits mixés ☐ ou Mousse au citron ☐	Fromage blanc ☐ ou Flan vanille ☐



Produit en Occitanie



Viandes de France ou UE



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Fait maison

TEL : 04 68 45 59 10

Du lundi au vendredi de 7h à 14h.

MAIL : service.restauration@sivom-narbonne-rural.fr

NOM :

Commune :