

**MENU A RESTITUER AVANT JEUDI 30 JUILLET**

|                                     | <b>LUNDI 17/08</b>                                                                                                      | <b>MARDI 18/08</b>                                                                                                 | <b>MERCREDI 19/08</b>                                                                                                       | <b>JEUDI 20/08</b>                                                                                                                 | <b> VENDREDI 21/08</b>                                                                                                  | <b>SAMEDI 22/08</b><br><b>Repas à thème</b><br><b>Grèce</b>                                                                                           | <b>DIMANCHE 23/08</b>                                                                                                            |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTRÉE</b><br><b>au choix</b>    | Taboulé <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Artichauts sauce Gribiche <input type="checkbox"/>                     | Tomates en salade <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Tarte 3 fromages <input type="checkbox"/>               | Rosette Lyonnaise <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Chou fleur sauce cocktail <input type="checkbox"/>               | Carottes râpées <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Terrine de campagne <input type="checkbox"/>                              | Escalivade <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Pois chiches à l'aïoli <input type="checkbox"/>                     | Salade à la Grecque (tomates, concombres, fêta, olives noires) <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Salade verte <input type="checkbox"/>         | Pâté en croûte <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Gaspacho <input type="checkbox"/>                                        |
| <b>PLAT</b><br><b>au choix</b>      | Aiguillettes de poulet sauce au thym <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Omelette fraîche <input type="checkbox"/> | Rougail de porc <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Dos de cabillaud sauce crustacés <input type="checkbox"/> | Emincé de veau sauce champignons <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Feuilleté Strasbourgeois <input type="checkbox"/> | Pâtes BIO à la bolognaise (PLAT COMPLET) <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Clafoutis aux crevettes <input type="checkbox"/> | Dos de colin sauce citron <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Escalope viennoise <input type="checkbox"/>          | Moussaka (PLAT COMPLET) <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Raviolis FRAIS aux 3 fromages sauce Poulette (PLAT COMPLET) <input type="checkbox"/> | Sauté de canard sauce au poivre <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Pizza aux fruits de mer maison <input type="checkbox"/> |
| <b>GARNITURE</b><br><b>au choix</b> | Haricots verts persillés <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Ecrasé de pommes de terre <input type="checkbox"/>    | Riz pilaf <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Courgettes au basilic <input type="checkbox"/>                  | Polenta <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Ratatouille <input type="checkbox"/>                                       | Pâtes BIO <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Fondue d'endives <input type="checkbox"/>                                       | Semoule méditerranéenne <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Garniture de céleri persillés <input type="checkbox"/> | Caviar d'aubergines maison <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Pâtes BIO <input type="checkbox"/>                                                | Pommes de terre et courgettes en béchamel <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Navets braisés <input type="checkbox"/>       |
| <b>FROMAGE</b><br><b>au choix</b>   | Brie à la coupe <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Fromage frais demi-sel <input type="checkbox"/>                | Gouda <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Chanteneige <input type="checkbox"/>                                | Tomme blanche à la coupe <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Kiri BIO <input type="checkbox"/>                         | Saint Paulin <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Yaourt nature BIO <input type="checkbox"/>                                   | Mimolette à la coupe <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Chantailou ail et fines herbes <input type="checkbox"/>   | Mini pavé d'affinois <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Yaourt à la Grecque <input type="checkbox"/>                                            | Camembert à la coupe <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Petit moulé aux noix <input type="checkbox"/>                      |
| <b>DESSERT</b><br><b>au choix</b>   | Purée pomme abricot BIO <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Fromage blanc nature <input type="checkbox"/>          | Fruit de saison <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Crème dessert au chocolat <input type="checkbox"/>        | Crème dessert caramel <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Cocktail de fruits au sirop léger <input type="checkbox"/>   | Fruit de saison BIO <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Semoule au lait <input type="checkbox"/>                              | Ile flottante <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Fruit de saison <input type="checkbox"/>                         | Pastèque BIO <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Petit suisse aux fruits <input type="checkbox"/>                                                | Tarte grillée abricot <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Fruit de saison <input type="checkbox"/>                          |

Traces éventuelles de : gluten, crustacés, œufs, arachides, poissons, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, sulfites, lupin, mollusques.



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Fait maison



Produit en Occitanie



Viandes de France ou UE

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

NOM : .....

COMMUNE : .....

**MENU A RESTITUER AVANT JEUDI 30 JUILLET**

|                               | <b>LUNDI 17/08</b>                                                                                                                                         | <b>MARDI 18/08</b>                                                                                                     | <b>MERCREDI 19/08</b>                                                                                           | <b>JEUDI 20/08</b>                                                                                                                                               | <b> VENDREDI 21/08</b>                                                                                                                | <b>SAMEDI 22/08<br/>Repas à thème<br/>Grèce</b>                                                                                                                       | <b>DIMANCHE 23/08</b>                                                                                                                |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTRÉE<br/>au choix</b>    | Soupe du Marché<br>(navet, oignon,<br>carotte, lentilles, pdt) <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Jambon blanc<br>Supérieur <input type="checkbox"/> | Soupe de légumes<br>verts<br>(brocolis,<br>courgettes, épinards.<br><i>OU</i><br>Salade verte <input type="checkbox"/> | Velouté de<br>tomates <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Œufs durs<br>mayonnaise <input type="checkbox"/> | Potage Fermier<br>(choux de Bruxelles,<br>carottes, oignons,<br>pdt) <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Betteraves<br>vinaigrette <input type="checkbox"/> | Crème de<br>champignons <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Concombres <input type="checkbox"/>                                  | Potage Jardinière<br>(carottes, petits pois,<br>haricots mange tout,<br>navet) <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Brocolis vinaigrette <input type="checkbox"/> | Soupe Paysanne<br>(brunoise, haricots<br>blancs, pdt) <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Salade verte <input type="checkbox"/> |
| <b>PLAT<br/>au choix</b>      | Filet de limande<br>sauce béarnaise <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Escalope végétale<br>panée <input type="checkbox"/>                           | Escalope viennoise <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Crousti fromage <input type="checkbox"/>                   | Friand au fromage <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Poulet au jus <input type="checkbox"/>               | Dos de lieu à l'huile<br>de colza et basilic <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Tarte chèvre basilic <input type="checkbox"/>                              | Jambon blanc<br>Supérieur <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Galette boulgour pois<br>chiches emmental <input type="checkbox"/> | Steak haché façon<br>Bouchère de la<br>maison Guasch au<br>jus <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Haché de veau à la<br>Napolitaine <input type="checkbox"/>    | Soufflé au saumon<br>sauce beurre blanc <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Tortilla <input type="checkbox"/>                   |
| <b>GARNITURE<br/>au choix</b> | Semoule <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Carottes vichy <input type="checkbox"/>                                                                   | Brocolis aux<br>aromates <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Pâtes BIO <input type="checkbox"/>                   | Tomate en persillade <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Boulgour pilaf <input type="checkbox"/>           | Poêlée méridionale <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Pommes de terre<br>vapeur <input type="checkbox"/>                                                   | Haricots beurre aux<br>aromates <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Polenta <input type="checkbox"/>                             | Riz créole <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Haricots plats à l'ail <input type="checkbox"/>                                                                   | Pommes dauphine <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Petits pois carottes <input type="checkbox"/>                               |
| <b>FROMAGE<br/>au choix</b>   | Rondelé <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Petit suisse nature <input type="checkbox"/>                                                              | Brebicrème <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Cimelait Nature <input type="checkbox"/>                           | Le carré <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Petit suisse aux fruits <input type="checkbox"/>              | Les fripons <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Samos <input type="checkbox"/>                                                                              | Tartare nature <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Fromage blanc <input type="checkbox"/>                                        | Six de Savoie <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Yaourt aromatisé <input type="checkbox"/>                                                                      | Saint bricet <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Yaourt nature <input type="checkbox"/>                                         |
| <b>DESSERT<br/>au choix</b>   | Fromage blanc aux<br>fruits <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Fruit de saison <input type="checkbox"/>                                              | Mousse au citron <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Purée pomme fraise <input type="checkbox"/>                  | Liégeois au café <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Fruit de saison <input type="checkbox"/>              | Fruit de saison <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Yaourt nature <input type="checkbox"/>                                                                  | Yaourt aux fruits <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Cocktail de fruits au<br>sirop léger <input type="checkbox"/>              | Fruit de saison <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Flan au caramel <input type="checkbox"/>                                                                     | Fruit de saison <input type="checkbox"/><br><i>OU</i><br>Purée de fruits<br>assortie <input type="checkbox"/>                        |

Traces éventuelles de : gluten, crustacés, œufs, arachides, poissons, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, sulfites, lupin, mollusques.



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Fait maison



Produit en Occitanie



Viandes de France ou UE