





















Mairie de Champcevinel

Menu du mois d'avril 2024



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Du 1er Au 5	<i>Férié</i>	Salade verte  *  * Spaghettis à la Bolognaise végétarienne  Compote 	Potage de légumes   Sauté de veau  Champêtre  Blé  Crème dessert vanille	Salade Piémontaise  Cuisse de poulet rôti   Haricots verts  Fruit de saison  *	Salade mixte*   Brandade de morue  Yaourt nature  *










<p>Du 08 Au 12</p>	<p>Betteraves rouges crues *</p> <p>Chipolatas</p> <p>Frites</p> <p>Crème au chocolat</p>	<p>Trio de légumes vinaigrette *</p> <p>Pâtes au saumon</p> <p>Fruit de saison *</p>	<p>Carottes râpées</p> <p>Boulettes de bœuf</p> <p>Poêlée</p> <p>Espagnole</p> <p>Rondelé</p> <p>Compote</p>	<p>Vermicelle à la tomate</p> <p>Rôti de porc au lait</p> <p>Lentilles</p> <p>Yaourt nature</p>	<p>Salade verte *</p> <p>Blanquette de légumes</p> <p>Riz pilaf</p> <p>Tarte aux pommes</p>
--------------------------------	---	--	--	---	---

Vacances de Printemps : menu du centre de loisirs



<p>Du 15 Au 19</p>	<p>Feuilleté au fromage</p> <p>Emincé de veau</p> <p>Marengo</p> <p>Carottes braisées</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Carpaccio de Betteraves rouges *</p> <p>Boulettes végétariennes à la provençale</p> <p>Semoule</p> <p>Tomme de vache *</p> <p>Cubes de fruits au sirop</p>	<p>Salade aux deux lentilles</p> <p>Steak haché</p> <p>Haricots beurre</p> <p>Fromage blanc</p> <p>Vanillé</p>	<p>Pâté à l'ancienne</p> <p>Tajine de poulet au citron</p> <p>Céréales gourmandes</p> <p>Cantal</p> <p>Compote pomme/banane</p>	<p>Salade verte *</p> <p>/mimolette</p> <p>Gnocchis à la Carbonara</p> <p>Timbale vanille</p>
--------------------------------	--	---	--	---	---

C'EST LA RENTREE

Du 29 Au 30	Carottes râpées   * Emincé de porc  aux olives  Torsades Liégeois chocolat 	* Salade verte   * Chili végétarien  Riz  St Morêt Compote			
----------------------	--	--	--	--	--

* Repas végétariens

* Repas semi-alternatifs

* Aide de l'U.E à destination des écoles

Vert = produit issu de l'agriculture biologique ~

 = Fait maison –

Pain BIO

Noir = Produits conventionnels



= Produits locaux ~



Toutes nos viandes (Bœuf, veau, agneau, porc et volailles) sont BIO et locales ou d'origine France.

Le poisson frais de la criée est issu d'une pêche durable et de saison.

*La part de produits « **durables et de qualité** » (BIO / AOP / AOC / LABEL ROUGE / ECOLABEL PECHE DURABLE...) pour le mois de Février était de 91.8% dont 56.2% de local.*

La part de légumes BIO produits en régie par nos services du 19 Février au 18 Mars était de 16.24% sur l'ensemble des légumes frais transformés et cuisinés dans notre restaurant scolaire.

Il peut nous arriver de devoir effectuer des changements de dernière minute, que ce soit sur la composition des menus ou la provenance des produits, mais nous mettons tout en œuvre pour vous apporter un service de qualité et tenir au mieux nos engagements.

LA RECETTE



RECETTE DU CHILI VEGETARIEN

Un chili sans viande, accompagné de riz, a tout du plat complet végétarien idéal

Ingrédients pour 6 : 150g de riz de Camargue / 1 cube de bouillon bio de légumes / 500g haricots rouges / 50 g grains de maïs cuits / 2 oignons / 3 gousses ail / 1 carotte / 200 g concassées de tomates pelées / 1 càs huile d'olive / épices (facultatif) : 1càc de cumin+1 de paprika+1 de piment de Cayenne+1 d'origan / Sel et poivre

Préparation :

Peler et hacher les oignons et l'ail. Peler et couper en petits cubes la carotte.

Faire revenir le tout dans une sauteuse avec une cuillère à soupe d'huile d'olive.

Ajouter les épices, l'origan, le cube de bouillon de légumes émietté, les tomates concassées et leurs jus, le maïs et les haricots rouges.

Saler, poivrer puis ajouter 50 cl d'eau. Couvrir et laisser mijoter 30 minutes avant d'ôter le couvercle pour terminer la cuisson à feu doux 30 minutes de plus.

Dans le dernier quart d'heure de cuisson faire cuire le riz : porter à ébullition une grande casserole d'eau et dissoudre 1 cube de bouillon de légumes dans l'eau bouillante. Rincer le riz puis le plonger dans l'eau et le faire cuire 10 minutes.

Égoutter et servir avec le chili végétarien.

Pour plus de saveurs, n'oubliez pas les épices ! Bonne dégustation 🤪 !!



