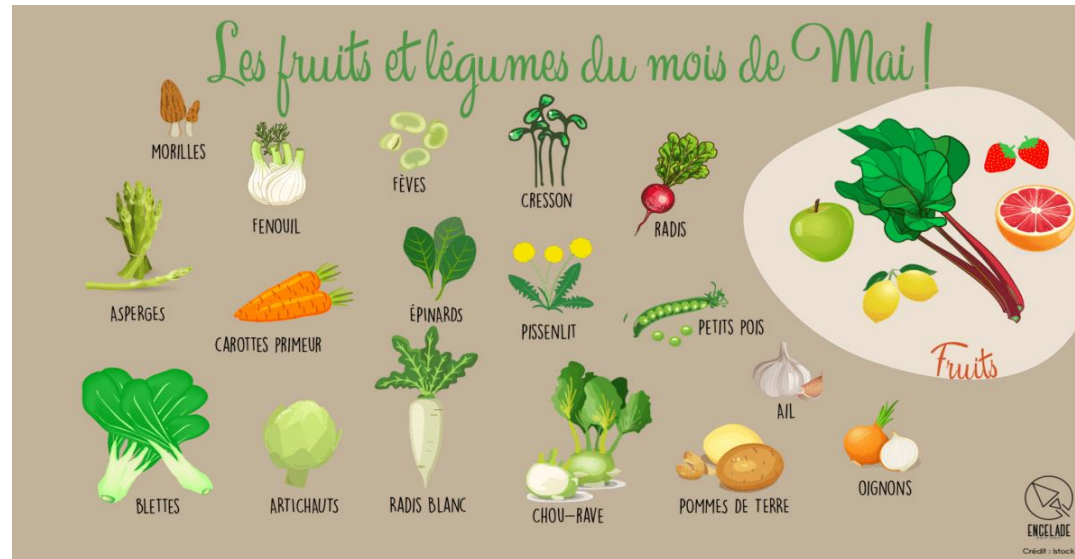














Mairie de Champevinet

Menu du mois de mai 2024



| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|--------------------|-------|-------|----------|--|--|
| Du 2 Au 3 | | | | Salade de chou-blanc   * Saucisse de bœuf   Lentilles   Poires au sirop | * Salade de haricots verts  Poisson de la criée  Purée de pommes de terre   Petit Gervais aux fruits |

| | | | | | |
|----------------------|--|--|--|---|---|
| Du 6 Au 7 | <p>Feuilleté au fromage</p> <p>Sauté de poulet au citron</p> <p>Haricots beurre</p> <p>Fruit de saison</p> | <p>Salade verte</p> <p>Gnocchis</p> <p>Jambon /fromage</p> <p>Moelleux au chocolat</p> | | | |
| Du 13 Au 17 | <p>Betteraves rouges crues</p> <p>Couscous au poulet</p> <p>Fromage blanc</p> | <p>Salade méli-mélo</p> <p>Tarte fine de Légumes & mozzarella</p> <p>Compote</p> | <p>Pizza</p> <p>Gratin de merlu aux épinards</p> <p>Fruit de saison</p> | <p>Chou chinois</p> <p>Boulettes de bœuf</p> <p>Carottes braisées</p> <p>Riz au lait</p> | <p>Taboulé voyageur</p> <p>Omelette aux fines herbes et fromage</p> <p>Salade verte</p> <p>Sundae caramel</p> |
| Du 20 Au 24 | | <p>Carottes râpées</p> <p>Moules</p> <p>Frites</p> <p>Yaourt nature</p> | <p><i>Pique-nique</i> <i>Du centre de loisirs</i></p> <p>Sandwich jambon/beurre</p> <p>Chips</p> <p>Compote à boire</p> <p>Biscuit</p> | <p>Salade Agenaise</p> <p>Spaghettis Bolognaise</p> <p>Crème dessert chocolat</p> | <p>Concombres</p> <p>Dahl de lentilles corail aux légumes</p> <p>Compote</p> |
| Du 27 Au 31 | <p>Rillettes de porc</p> <p>Saucisse de veau</p> <p>Petits pois / carottes</p> <p>Fruit de saison</p> | <p>Salade mixte</p> <p>Pâtes à la Mexicaine</p> <p>Cantal</p> <p>Compote</p> | <p>Salade verte/emmental</p> <p>Rose à la viande</p> <p>Timbale vanille</p> | <p>Salade de lentilles</p> <p>Sauté d'agneau</p> <p>Haricots verts</p> <p>Fruit de saison</p> | <p>Betteraves crues</p> <p>Paëlla</p> <p>Fromage blanc</p> |

* Repas végétariens

* Repas semi-alternatifs

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

Vert = produit issu de l'agriculture biologique ~

 = Fait maison ~

Noir = Produits conventionnels



= Produits locaux ~

Pain BIO



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, de saison et le poisson surgelé est labélisé M.S.C (respect des quotas de poisson et des fonds marins).

*La part de produits « durables et de qualité » (BIO / AOP / AOC / LABEL ROUGE / ECOLABEL PECHE DURABLE...) en Mars était de **94.7%** dont **54.5% de local**.*

Nous subissons un petit creux de notre production de légumes BIO ces dernières semaines.

Mais patience car ils vont revenir à grand pas...

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 DE LA BANQUETTE DE LEGUMES

Ingrédients pour 4 personnes : 70g de crème fraîche / 45g de beurre/ 35g de farine / 2 oignons / 3 carottes/ 2 navets / 1 poireau/ 1 bouquet garni/ 1 petite boîte de champignons de Paris / 60cl de bouillon de volaille / sel/ poivre.

Préparation : Temps de préparation : 50 min - Temps de cuisson : 30 min

Eplucher et laver les légumes. Les couper en morceaux. Les faire précuire 5 minutes. Mettre de côté.

Pendant ce temps, faire bouillir et garder au chaud les 60 cl de bouillon de volaille.

A part, faire fondre le beurre et y ajouter la farine tout en remuant. Verser le mélange beurre-farine **très chaud** dans le bouillon, et fouetter vigoureusement.

Porter à ébullition lentement, et laisser cuire 5 min.

Ajouter la crème fraîche, et assaisonner avec sel et poivre. Puis, incorporer les légumes précuits.

Laisser mijoter pendant 20 min.

Pour les plus gourmands, ajouter du riz en accompagnement ! Bonne dégustation 🍽️



