











# RESTAURANT MUNICIPAL D'INGRÈ - SEPTEMBRE 2019

Retrouvez les menus proposés  
sur le site [www.ingre.fr](http://www.ingre.fr)  
rubrique « Restauration Municipale »



| A.L.S.H.  |  |   |   |   |
|---|--|---|---|---|
| lundi 2 septembre 2019  | mardi 3 septembre 2019   | mercredi 4 septembre 2019   | jeudi 5 septembre 2019  | vendredi 6 septembre 2019   |
|  Salade verte<br>Raviolis <br>Yaourt nature sucré<br>Compote gourde | Pommes de terre au cervelas<br>(Pommes de terre vinaigrette)<br>Poisson meunière<br>Poêlée ratatouille<br>Camembert<br>Raisin (sous réserve)                         | Betteraves en cube<br>Sauté de dinde<br>Riz pilaf<br>Petit suisse sucré<br>Ananas frais   |  Carottes râpées<br>Sauté de porc à la tomate<br>Haricots beurre<br>Coulommiers<br>Compote bio pomme         | Salade verte <br>Rôti de bœuf<br>Pommes frites - stick ketchup<br>Vache qui rit<br>Pêche |
| lundi 9 septembre 2019  | mardi 10 septembre 2019  | mercredi 11 septembre 2019  | jeudi 12 septembre 2019   | vendredi 13 septembre 2019  |
| Mâche aux agrumes<br>Nuggets de poisson<br>Épinards pommes de terre<br>béchamel<br>Samos<br>Mousse au chocolat  | Taboulé <br>Sauté de bœuf des pays loire<br>Poêlée ratatouille<br>Gouda<br>Banane | Brisures de chou-fleur<br>Escalope de dinde<br>Coquillettes<br>Bleu portion<br>Pomme  | Tomates vinaigrette<br>Poulet à l'estragon<br>Blé pilaf<br>Fromage blanc<br>Éclair chocolat   | Macédoine mayonnaise<br>Croq végétal au fromage cuit<br>Carottes à l'étuvée<br>Yaourt aromatisé<br>Prunes   |
| lundi 16 septembre 2019   | mardi 17 septembre 2019  | mercredi 18 septembre 2019  | jeudi 19 septembre 2019   | vendredi 20 septembre 2019  |
| Pizza<br>Rôti de dinde<br>Brocolis<br>Kiri crème<br>Liégeois chocolat   | Riz niçois<br>Colombo de poulet<br>Poêlée de légumes<br>Emmental portion<br>Kiwi   | Radis roses et son beurre demi-sel<br>Knacki<br>(Knacki de volaille)<br>Purée de pommes de terre<br>Yaourt brassé<br>Tarte aux framboises |  Betteraves cubes<br>Couscous d'agneau<br>Semoule<br>Fromage blanc sucré<br>Pomme bio                      | Piémontaise de poulet<br>Poisson frais du jour<br>(suivant arrivage)<br>Gratin dauphinois<br>Carré frais<br>Orange  |
| lundi 23 septembre 2019   | mardi 24 septembre 2019  | mercredi 25 septembre 2019  | jeudi 26 septembre 2019   | vendredi 27 septembre 2019  |
| Salade américaine<br>(scarole, maïs, carotte, chou rouge)<br>Boulettes de soja tomate & basilic<br>Torti<br>Saint-Paulin<br>Banane  | Concombres à l'échalote<br>Cordon bleu<br>Jardinière de légumes<br>Gâteau de riz   | Salade coleslaw<br>Sauté de dinde aux champignons<br>Lentilles à la paysanne<br>Yaourt aromatisé<br>Compote                               | Tomates vinaigrette<br>Bœuf des Pays de Loire aux olive <br>Farfalles<br>Novly vanille<br>Galette Bretonne | Salade de p.d. terre au thon<br>Poisson blanc meunière<br>Jeunes carottes<br>Chanteneige<br>Poire   |
| Lundi 30 septembre 2019   |  → <i>Viande Française</i>  |   |   |   |
| Crêpe au fromage<br>Rôti de dinde<br>Chou romanesco<br>Petit suisse aux fruits<br>Kiwi  |  |   |   |   |

Le responsable peut être amené à modifier les menus.

Menu validé par une diététicienne suivant les recommandations du GEMRCN \*

\* GEMRCN : Groupe d'Étude des Marchés de Restauration Collective et de Nutrition