



RESTAURANT MUNICIPAL D'INGRE - JUIN 2023

		A.L.S.H.		
lundi 29 mai 2023	mardi 30 mai 2023	mercredi 31 mai 2023	jeudi 1 juin 2023	vendredi 2 juin 2023
PENTECOTE	Radis roses & son beurre demi-sel Tortillas émincé de dinde kébab Stick mayo et ketchup Pommes frites Yaourt nature sucré BIO Ramequin compote de pomme BIO	Farfalles BIO jambons, olives Poisson meunière / citron MSC Courgettes BIO sautées Comté AOP à la coupe Pomme BIO	Melon Bœuf aux olives VBF Pennes Rigate BIO Yaourt brassé framboises BIO Ramequin d'entremet chocolat BIO	Concombres ciboulette BIO Semoule BIO Légumes couscous aux raisins Camembert BIO Abricots
lundi 5 juin 2023	mardi 6 juin 2023	mercredi 7 juin 2023	jeudi 8 juin 2023	vendredi 9 juin 2023
Panibuns emmental Rôti de dinde Epinards BIO à la crème Bûche de chèvre à la coupe AOP Ramequin de purée pommes framboises	Salade verte BIO Nuggets végétariens Coquilles BIO Emmental à la coupe BIO Petit pot glacé vanille & fraise	Salade de betteraves rouges BIO tortillas Haricots verts BIO Camembert à la coupe AOC Far au pruneaux	Tomates en vinaigrette BIO Sauté de porc BIO au curry Haricots lingots Saint-Paulin BIO à la coupe Ramequin de compote de pommes BIO	Salade Piémontaise (salade de pommes de terre) Escalope de dinde aux herbes VVF Brocolis BIO Yaourt mixé aux fruits BIO Pêche
lundi 12 juin 2023	mardi 13 juin 2023	mercredi 14 juin 2023	jeudi 15 juin 2023	vendredi 16 juin 2023
Salade chinoise Spaghettis BIO carbonara (Spaghettis au jambon de dinde) Cantal AOC à la coupe Nectarine	Taboulé maison BIO Poisson meunière / citron MSC Haricots beurre Petit suisse BIO Ramequin de compote pommes d'amour	Riz BIO Niçois Jambon blanc au torchon (Jambon de dinde) Chips Fourme d'Ambert AOP Poire BIO	Carottes râpées BIO Steak fromager Poêlée ratatouille Ramequin de fromage blanc BIO Glace bâtonnet	Menu saveur des îles Accra de morue Rougaille de saucisses Riz BIO créole Lingot créole
lundi 19 juin 2023	mardi 20 juin 2023	mercredi 21 juin 2023	jeudi 22 juin 2023	vendredi 23 juin 2023
Brisures de chou-fleur vinaigrette Rôti de porc BBC (Rôti de dinde) Épinards BIO & p. d. terre béchamel Yaourt saveur vanille BIO Pêche	Salade Printanière BIO (H-verts maïs tomate) Colin aux crevettes MSC Semoule BIO Tomme de Savoie IGP à la Coupe Ramequin de salade de 4 fruits BIO	Salade verte BIO Fromagère Tarte 4 fromages Printanière de légumes Emmental BIO à la coupe Petit pot glacé vanille & fraise	Melon Rôti de bœuf froid VBF Salade de coquillettes BIO Bûche de chèvre à la coupe AOP Abricots	Macédoine mayonnaise Haut de cuisse de poulet rôti BIO Jeunes carottes Brie BIO à la coupe Tarte aux pommes BIO
lundi 26 juin 2023	mardi 27 juin 2023	mercredi 28 juin 2023	jeudi 29 juin 2023	vendredi 30 juin 2023
Salade coleslaw Cordon bleu Petit Pois BIO Cantal à la coupe AOP Pomme BIO	Concombres BIO sauce bulgare Omelette BIO Pommes vapeur Camembert AOC à la coupe Ramequin de poires au sirop	Haricots verts BIO salade Sauté de porc BIO a la moutarde (Sauté de dinde au curry) Purée de céleris Yaourt lait entier sucre de canne BIO Banane BIO	Tomates en vinaigrette BIO Filet de hoki MSC Choux fleurs BIO Edam BIO à la Coupe Ramequin d'entremet caramel BIO	Carottes râpées BIO Émincé de dinde façon kébab Frites Tomme de Savoie IGP à la coupe Fraisier

Sylvain PONCET
Responsable de la Restauration Municipale

Menu validé par une diététicienne suivant les recommandations du GEMRCN *

Le responsable peut être amené à modifier les menus.

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