



RESTAURANT MUNICIPAL D'INGRÈ - SEPTEMBRE 2023

Retrouvez les menus proposés
sur le site www.ingre.fr
rubrique « Restauration Municipale »



A.L.S.H.				
lundi 28 août 2023	mardi 29 août 2023	mercredi 30 août 2023	jeudi 31 août 2023	vendredi 1 septembre 2023
Taboulé Paupiette de veau Jeunes carottes Ramequin de fromage blanc BIO Banane BIO	Melon Hachis parmentier de carottes Mimolette Abricot	Pastèque Nuggets de poulet Blé BIO Brie à la coupe AOP Cheesecake	Tarte aux fromages Poisson meunière MSC Haricots verts BIO Morbier AOP à la coupe Nectarine	LE CENTRE DE LOISIRS FERME
lundi 4 septembre 2023	mardi 5 septembre 2023	mercredi 6 septembre 2023	jeudi 7 septembre 2023	vendredi 8 septembre 2023
Mâche aux agrumes Raviolis Bûche de chèvre à la coupe BIO Pomme BIO	Macédoine mayonnaise Croq végétal au fromage Choux-fleurs BIO Yaourt brassé vanille BIO Ramequin d'entremet caramel BIO	Carottes rapées Rôti de Porc à la tomate BBC Rôti de dinde à la tomate Macaronis BIO Emmental BIO à la coupe Prunes	Tomates vinaigrette Haut de cuisse de Poulet BIO à l'estragon Haricots blancs Ramequin de Fromage blanc BIO Tarte aux poires bourdaloue	Salade de p.d. terre au thon Sauté de bœuf des pays de Loire Poêlée ratatouille Gouda à la coupe Banane BIO
lundi 11 septembre 2023	mardi 12 septembre 2023	mercredi 13 septembre 2023	jeudi 14 septembre 2023	vendredi 15 septembre 2023
Pizza Rôti de dinde Haricots verts BIO Cantal à la coupe AOP Liégeois chocolat BIO	Riz BIO niçois Tortillas Salsifis au beurre Emmental BIO à la coupe Kiwi BIO	Radis roses et son beurre demi-sel Knacki (Knacki de volaille) Purée de pommes de terre Yaourt brassé aux fruits BIO Tarte aux framboises	Betteraves BIO cubes Couscous d'agneau Semoule BIO Brie de Meaux AOP Pomme BIO	Piémontaise Poisson frais du jour (suivant arrivage) Carottes rondelles BIO à l'étuvée Yaourt lait entier sucre de canne BIO Orange BIO
lundi 18 septembre 2023	mardi 19 septembre 2023	mercredi 20 septembre 2023	jeudi 21 septembre 2023	vendredi 22 septembre 2023
Salade américaine (scarole, maïs, carotte, chou rouge) Croq Végétal au fromage cuit Courgettes BIO persillées Saint-Paulin à la coupe Banane BIO	Taboulé Poisson blanc meunière MSC Jeunes carottes Camembert AOC à la coupe Crumble aux pommes	Salade coleslaw Sauté de dinde aux champignons Lentilles du Loiret à la paysanne Yaourt mixé framboise BIO Tranche de crème caramel	Tomates BIO vinaigrette Steak Haché aux olives Coquillettes BIO Petit suisse Ramequin purée pommes framboises	Concombres BIO à l'échalote Cordon bleu Jardinière de légumes Tomme de Savoie IGP à la coupe Poire BIO
lundi 25 septembre 2023	mardi 26 septembre 2023	mercredi 27 septembre 2023	jeudi 28 septembre 2023	vendredi 29 septembre 2023
Crêpe au fromage Rôti de bœuf Haricots beurre Petit suisse aux fruits BIO Kiwi BIO	Tomates mozzarella Omelette BIO Penne rigate BIO Comté à la coupe AOP Ramequin Compote Pommes saveur bisquit	Macédoine mayonnaise Sauté de porc au miel Sauté de dinde au miel Brocolis BIO Yaourt vanille BIO Flan pâtissier	Salade verte Émincé de dinde façon kébab Pom'potatoes Emmental BIO à la coupe Ramequin de crème Pana cotta	Salade de quinoa BIO tomate et fêta Blanquette de poisson MSC Beignets de salsifis Cantal à la coupe AOP Pomme BIO

Le responsable peut être amené à modifier les menus.

Menu validé par une diététicienne suivant les recommandations du

* **GEMRCN** : Groupe d'Étude des **M**archés de **R**estauration **C**ollective et de **N**utrition

Sylvain PONCET