



RESTAURANT MUNICIPAL D'INGRÉ - NOVEMBRE 2023



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



A.L.S.H.				
lundi 30 octobre 2023	mardi 31 octobre 2023	mercredi 1 novembre 2023	jeudi 2 novembre 2023	vendredi 3 novembre 2023
Salade verte Omelette BIO Coquillettes BIO Tomme blanche Pomme BIO	Salade de pommes de terre au thon Quenelle de volaille sauce crémeuse à la tomate Brocolis BIO Buche de chèvre BIO Banane BIO	TOUSSAINT	Mache à l'emmental Escalope de dinde VF Pommes de terre sautées Yaourt aux fruits mixés BIO Kiwi BIO	Salamis Danois Blanquette de poisson MSC Riz BIO Saint paulin BIO Ramequin de compote pomme fraise
lundi 6 novembre 2023	mardi 7 novembre 2023	mercredi 8 novembre 2023	jeudi 9 novembre 2023	vendredi 10 novembre 2023
Radis roses et son beurre demi-sel Cordon bleu Petit pois BIO Emmental BIO Clémentines	Crêpe au fromage Rôti de porc LR à la moutarde (Rôti de dinde à la moutarde) Haricots verts BIO Ramequin de fromage blanc BIO Banane BIO	Potage aux légumes Poisson meunière MSC Choux-fleurs BIO à la Flamande Yaourt mixé aux fruits BIO Tarte grillée abricot	Salade d'endives au miel et aux noix Steack végétal Pommes frites - Stick de ketchup Cantal AOP Kiwi BIO	Carottes râpées Boulettes de Bœuf sauce tomate Blé BIO Brie BIO Ramequin de crème pana cotta
lundi 13 novembre 2023	mardi 14 novembre 2023	mercredi 15 novembre 2023	jeudi 16 novembre 2023	vendredi 17 novembre 2023
Céleri rémoulade Steak haché de veau Carottes BIO au jus Tomme de Savoie IGP à la coupe Poire BIO	Potage courgettes vache qui rit Jambon blanc (jambon de dinde) Purée de pomme de terre Camembert BIO Tarte aux pommes BIO	Saucisson à l'ail VBF (Terrine de volaille) Chili con carné Riz BIO Yaourt vanille BIO Clémentines	Salade verte et Mais Nuggets de blé Haricots beurre Brie BIO Ramequin de crème chocolat BIO	Betteraves Bio en dés Haut de cuisse de poulet BIO Poêlée Ratatouille Yaourt à la framboise BIO Pomme BIO
lundi 20 novembre 2023	mardi 21 novembre 2023	mercredi 22 novembre 2023	jeudi 23 novembre 2023	vendredi 24 novembre 2023
Mâche aux agrumes Paupiette de veau sauce champignons Coquillettes BIO Gouda Orange	Quiche fromage Bœuf aux olives VBF Jeunes carottes Emmental BIO Ramequinde compote de pomme BIO	Potage carotte - pomme de terre Tortillas Jardinière de légumes Buche de chèvre BIO Crème dessert chocolat BIO	Salade de riz BIO Dos de cabillaud sauce citron MSC Courgettes BIO Persillées Ramequin de fromage blanc BIO Tranche de crème caramel	Carottes râpées BIO Navarin d'agneau Flageolets Cousterson BIO Crumble aux pommes
lundi 27 novembre 2023	mardi 28 novembre 2023	mercredi 29 novembre 2023	jeudi 30 novembre 2023	vendredi 1 décembre 2023
Potage aux légumes du soleil Rôti de dinde Haricots verts BIO Reblochon AOP Kiwi BIO	Macédoine mayonnaise Sauté de porc BBC (Sauté de dinde) PDT rissolées BIO Fromage blanc BIO Far aux pruneaux	Salade verte Blanquette de veau VVF Blé BIO Petits suisse aux fruits BIO Pomme BIO	Salade de pommes de terre à l'échalote Pané croustillant emmental Duo de choux (fleurs et romanesco) Fourme d'Ambert AOP	Salade de maïs et cœur de palmier Tajine de poulet Semoule BIO Coulommiers Banane BIO

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

Responsable de la Restauration Municipale