MENU SEPTEMBRE 2023

LA COURONNE

DU 4 AU 8 SEPTEMBRE

LUNDI Bonne rentrée !!	MARDI VÉGÉTARIEN	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI VÉGÉTARIEN
Salade de tomates	Salade de lentilles	Salade de pomme de terre et cornichons	Mesclun de salade et croûtons	Salade de concombres
Filet de dinde	Œufs sauce Aurore	Sauté de bœuf	Filet de poisson	Gratin de chou fleur et
Coquillettes	Gratin Dauphinois	Gratin provençal *	Carottes Vichy	Sarrazin
	Comté vercorais	Cantal	Brie	Cantal
Yaourt fermier vanille	Fruit	Fromage blanc	Gâteau au chocolat	Purée de pomme

DU 11 AU 16 SEPTEMBRE

LUNDI	MARDI VÉGÉTARIEN	MERCREDI	JEUDI VÉGÉTARIEN	VENDREDI
Salade de blé et poivrons rôtis	Carottes râpées au Gomasio	Salade de riz composée	Melon	Betteraves vinaigrette
Sauté de bœuf à la provençale	Tomates provençales	Filet de poisson à l'indienne*	Semoule	Rôti de porc sauce moutarde
Haricots verts persillés	Rizotto au petit épeautre	Brocolis à l'huile d'olive	Blanquette de légumes	Fusilli
	Tomme de vache	Cantal	Camembert	Fromage Blanc
Pana cotta aux fruits	Poire sauce caramel	Fruit	Gâteau au pois chiches et citron	Fruit

DU 18 AU 22 SEPTEMBRE

LUNDI VÉGÉTARIEN	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI VÉGÉTARIEN
Macédoine mayo « mama » (haricots blancs)	Concombre à la crème	Mesclun de salade et fromage	Salade de pomme de terre et haricots verts	Courgettes râpées à l'huile d'olive et citron
Tortilla aux légumes	Filet de poisson sauce tomate	Poulet rôti au thym	Bourguignon	Purée de pois cassés
Sauce safranée	Tian de légumes	Boulgour épicé	Petits pois	Compotée de légumes de saison
Gouda	Yaourt fermier citron		Brie	Cantal
Banane	Petit sablé	Glace	Fruit	Purée de fruits

DU 25 AU 29 SEPTEMBRE

LUNDI	MARDI VÉGÉTARIEN	MERCREDI	JEUDI VÉGÉTARIEN	VENDREDI
Céleri rémoulade	Salade de petit épeautre	Mesclun de salade et saumon fumé	Salade de tomate vinaigrette framboise	Houmous et toast
Blanquette de veau	Tarte à la tomate et moutarde	Rôti de porc aux oignons	Encornets sauce tomate	Flan de courgette et curry
Pommes Vapeur		Chou fleur gratiné	Riz	Fondue de poireaux
Verre de lait	Comté Vercorais			
Fruit	Fruit	Millet au lait*	Purée de pomme	Riz au lait

Les recettes « BME » : Bien Manger à l'Ecole c'est l'affaire de ma commune

*Pour les repérer sur les menus, ce sont les recettes en bleu clair

Les cuisiniers de La Couronne suivent chaque année à tour de rôle les formations dispensées dans le cadre de la Charte « Bien Manger à l'école, c'est l'affaire de ma commune ». Ces formations sont organisées par la communauté d'agglomération du Grand Angoulême à raison de 2 à 3 sessions annuelles et sous l'égide de formateurs spécialisés selon la thématique abordée. Une base théorique est apportée à l'ensemble des apprenants et une session pratique prend la suite : réalisation d'entrées, plats et desserts sont concernés.

Des journées thématiques sont consacrées aux recettes végétariennes, aux bases aromatiques et la justes cuisson, à la composition de menus alternatifs, à la réalisation de desserts faits maisons, la valorisation des protéines animales et végétales etc. Pour le service de restauration, cela permet un enrichissement permanent des savoirs faire de nos agents, tout en proposant des plats toujours plus attractifs, faits maisons et renforçant la diversité des menus proposés dans le mois.

PRODUITS DE SAISON — PLATS FAITS MAISON — PRODUITS LOCAUX SELON LE RÉFÉRENTIEL ÉCOCERT — PRODUITS LABEL ROUGE — PRODUITS BIO

À partir du 1er mars 2022, les établissements proposant des repas à prendre sur place ou à emporter devront indiquer aux consommateurs l'origine des viandes de volailles, porcs et moutons qu'ils mettent à leurs menus, comme ils le faisaient déjà pour la viande de bœuf. La Ville de La Couronne vous renseigne sur l'origine de ses viandes depuis plusieurs années à travers les pictogrammes insérés dans les menus et vous informe qu'à partir de mars 2022, toutes les viandes préparées au Restaurant communal sont d'origine française.

VOTRE RESTAURANT A OBTENU LES LABELS SUIVANTS :