







Menus Poucharramet

Semaine n°25 : du 21 au 25 Juin 2021

Escapade gourmande en Grèce

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Salade coleslaw	Taboulé		Concombre feta	Tomate vinaigrette
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de bœuf à la tomate	Poulet rôti		Moussaka de lentilles ^A	Marmite de poisson
	Pâtes tortis	Petits pois cuisinés <i>S/porc : petits pois au jus</i>		(Plat complet) 	Riz créole
 PRODUIT LAITIER	Yaourt nature sucré	Coulommiers		Delice de fromage blanc à la Grecque	Fraidou
 DESSERT	Pomme	Flan nappé caramel		Sablé amande citron	Mousse au chocolat <i>S/porc : crème dessert chocolat</i>








TOUT SAVOIR SUR NOS RECETTES

Salade coleslaw:
carotte râpée, chou blanc râpé, mayonnaise
Salade pastourelle:
pâtes, tomate, poivron

^A Plat alternatif : sans protéine d'origine animale

P.A. n°1

Semaine n°26 : du 28 Juin au 2 Juillet 2021

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 ENTRÉE	Salade verte	Salade de blé tomate maïs		Pâtes au basilic	Melon
 PLAT & ACCOMPAGNEMENT	Sauté de porc aux poivrons <i>S/porc : Flan de légumes</i>	Filet de colin sauce catalane		Omelette	Cheeseburger
	Boullgour	Carottes		Haricots verts persillés	Frites
 PRODUIT LAITIER	Pavé 1/2 sel	Fromage frais sucré		Camembert	Yaourt aromatisé
 DESSERT	Liégeois vanille <i>S/porc : crème dessert vanille</i>	Pastèque		Pomme	Purée pomme abricot romarin ^M

En gras les plats contenant du porc



Nos viandes proviennent de notre fournisseur " Bousquet " et les fruits du " Vergers des Bosquet " (du Tarn) lorsque l'approvisionnement le permet

P.A. n°2



^L Circuits courts/ Produits locaux

^M maison ^B bio

^A Alternatif



Ansamble

UNE ALIMENTATION SAINE & NATURELLE
AU PLUS PRES DES TERRITOIRES