



Semaine n°40 - du 4 au 10 Octobre 2021

CC Cœur de Garonne 12 rue Notre Dame 31370 RIEUMES / 05.61.98.27.72

	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
LUNDI	Velouté aux champignons Pâtes au basilic Sauté de porc au jus* Haricots verts aux oignons Cotentin Pomme	Velouté aux champignons Tomate vinaigrette Couscous de poisson (Plat complet) *** Coulommiers Crème dessert chocolat	Velouté aux champignons Pâtes au basilic Sauté de porc au jus* Haricots verts aux oignons Cotentin Pomme	Velouté aux champignons Pâtes au basilic Sauté de porc au jus* Haricots verts aux oignons Cotentin Pomme
	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
MARDI	Potage de légumes Betteraves ciboulette Jambonneau sauce moutarde* Lentilles cuisinées Yaourt nature Banane	Potage de légumes Crêpe au fromage Filet de lieu sauce citron Carottes braisées Fromage frais ail et fines herbes Flan nappé caramel	Potage de légumes Betteraves ciboulette Omelette Lentilles cuisinées Yaourt nature Banane	Potage de légumes Betteraves ciboulette Jambonneau sauce moutarde* Lentilles cuisinées Yaourt nature Banane
	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
MERCREDI	Potage de légumes Concombre persillé Coquillettes bolognaise (Plat complet) *** Brie Purée pomme pruneaux	Potage de légumes Cervelas vinaigrette* Poulet sauce marchand de vin Purée de céleri Yaourt aromatisé Prunes	Potage de légumes Concombre persillé Coquillettes bolognaise (Plat complet) *** Yaourt aromatisé Purée pomme pruneaux	Potage de légumes Concombre persillé Coquillettes bolognaise (Plat complet) *** Brie Purée pomme pruneaux
	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
JEUDI	Potage de légumes Chou rouge vinaigrette Paupiette de veau sauce chasseur Riz pilaf Gouda Moelleux poire cannelle	Potage de légumes Poireau vinaigrette Tortillas Courgettes à la provençale Fondu président Poire	Potage de légumes Chou rouge vinaigrette Steak haché de veau au jus Riz pilaf Fromage frais nature Moelleux poire cannelle	Potage de légumes Chou rouge vinaigrette Paupiette de veau sauce chasseur Riz pilaf Gouda Moelleux poire cannelle sans sucre
	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
VENDREDI	Potage parmentier Salade indienne Colin pané au citron Haricots beurre Yaourt aromatisé Purée pomme myrtille	Potage parmentier Carottes râpées vinaigre de cidre Rôti de porc au jus* P. de terre sautées ail et persil Mimolette Pomme	Potage parmentier Salade indienne Blettes au bœuf (Plat complet) *** Yaourt aromatisé Purée pomme myrtille	Potage parmentier Salade indienne Colin pané au citron Haricots beurre Yaourt nature Purée pomme myrtille
	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
SAMEDI	Potage de légumes Salade pastourelle Poulet rôti Purée de potiron Fromage frais au sel de Guérande Banane	Potage de légumes Macédoine mayonnaise Filet de lieu sauce oseille Riz créole Camembert Mousse au chocolat	Potage de légumes Salade pastourelle Poulet rôti Purée de potiron Fromage frais au sel de Guérande Banane	Potage de légumes Salade pastourelle Poulet rôti Purée de potiron Fromage frais au sel de Guérande Banane
	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
DIMANCHE	Potage de légumes Salade coleslaw Sauté de porc aux pruneaux* Penne rigate Emmental Far aux pruneaux	Potage de légumes Taboulé Cassiolette de poisson aux petits légumes (Plat complet) *** Fraidou Crème dessert caramel	Potage de légumes Salade coleslaw Sauté de porc aux pruneaux* Penne rigate Emmental Far aux pruneaux	Potage de légumes Salade coleslaw Sauté de porc aux pruneaux* Penne rigate Emmental Pâtisserie sans sucre
	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE

* Plat contenant du porc

Total MENU A

Total MENU B

Total MENU SANS SEL

Total MENU SANS SUCRE

CERTIFIÉ/LABEL

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Mitonnée de légumes: haricots verts, courgettes, carottes; Chou-fleur à la parisienne: chou-fleur, béchamel, dés de jambon; Salade coleslaw: carotte, chou blanc; Salade indienne: riz, poivron vert, cœur de palmier, raisin sec, curry; Salade de lentilles: lentille, brunoise de légumes, oignon, persil; Salade pastourelle: pâte, tomate, poivron vert; Pâtes au basilic: pâte, tomate, basilic

Les volailles sont d'origine française
Le sauté de bœuf provient de notre fournisseur "Lozère Viande"
Le sauté, le rôti de porc et la saucisse proviennent de notre fournisseur "Bousquet" (Aveyron).
Les fruits proviennent des "Vergers du Bosquets" (Tarn) lorsque les approvisionnements le permettent: pomme, poire, kiwi et sont servis selon la disponibilité d'approvisionnement.

Toutes nos purées de fruits maison, sont 100% fruits et sans sucre ajouté.
Les desserts maison sont élaborés sur notre cuisine par le chef et son équipe.



Semaine n°41 - du 11 au 17 Octobre 2021

CC Cœur de Garonne 12 rue Notre Dame 31370 RIEUMES / 05.61.98.27.72

	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
LUNDI	Potage Saint Germain Romanesco et chou-fleur au fromage frais ail et fines herbes Palette de porc à la diable* <input type="checkbox"/> Pommes de terre sautées ail et persil Fromage blanc nature Purée pomme quetsches	Potage Saint Germain Salade pastourelle Sauté de bœuf aux groseilles <input type="checkbox"/> Carottes braisées Cotentin Flan nappé caramel	Potage Saint Germain Romanesco et chou-fleur au fromage frais ail et fines herbes Escalope de dinde au jus Pommes de terre sautées ail et persil Fromage blanc nature Purée pomme quetsches	Potage Saint Germain Romanesco et chou-fleur au fromage frais ail et fines herbes Palette de porc à la diable* <input type="checkbox"/> Pommes de terre sautées ail et persil Fromage blanc nature Purée pomme quetsches
MARDI	Potage de légumes Salade exotique Tortillas Courgettes au curcuma <input type="checkbox"/> Edam Pomme	Potage de légumes betteraves vinaigrette à la framboise Sauté de dinde sauce tomate Tortis <input type="checkbox"/> Fondu président Mousse au chocolat	Potage de légumes Salade exotique Tortillas Courgettes au curcuma <input type="checkbox"/> Fromage frais nature Pomme	Potage de légumes Salade exotique Tortillas Courgettes au curcuma <input type="checkbox"/> Edam Pomme
MERCREDI	Potage de légumes Salade de risetti poivron basilic Rôti de porc sauce aux poires* <input type="checkbox"/> Haricots verts Fraidou Banane	Potage de légumes Salade verte Filet de lieu sauce aurore <input type="checkbox"/> Riz pilaf Yaourt aromatisé Liégeois chocolat	Potage de légumes Salade de risetti poivron basilic Rôti de porc sauce aux poires* <input type="checkbox"/> Haricots verts Yaourt aromatisé Banane	Potage de légumes Salade de risetti poivron basilic Rôti de porc sauce aux poires* <input type="checkbox"/> Haricots verts Fraidou Banane
JEUDI	Potage de légumes Céleri rémoulade au curry Poulet sauce suprême <input type="checkbox"/> Navets au beurre persillé Crème anglaise Gâteau chocolat betteraves	Potage de légumes Saucisson à l'ail* <input type="checkbox"/> Paupiette de veau au jus Coquillettes Tomme blanche Orange	Potage de légumes Céleri vinaigrette au curry Poulet sauce suprême <input type="checkbox"/> Navets au beurre persillé Crème anglaise Gâteau chocolat betteraves	Potage de légumes Céleri rémoulade au curry Poulet sauce suprême <input type="checkbox"/> Navets au beurre persillé Fromage blanc nature Pâtisserie sans sucre
 VENDREDI 	Potage carmen Carottes râpées vinaigrette au cumin Parmentier de poisson à la patate douce (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Coulommiers Flan vanille	Potage carmen Pâté de campagne* <input type="checkbox"/> Boulettes d'agneau sauce forestière Semoule Petit fromage frais aux noix Pomme	Potage carmen Carottes râpées vinaigrette au cumin Parmentier de poisson à la patate douce (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Petit fromage frais aux noix Flan vanille	Potage carmen Carottes râpées vinaigrette au cumin Parmentier de poisson à la patate douce (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Coulommiers Purée pomme fenouil
SAMEDI	Potage de légumes Salade de pâtes tricolore Escalope viennoise <input type="checkbox"/> Poêlée de légumes Yaourt aromatisé Poire	Potage de légumes Chou blanc aux raisins Chili con carne (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Carré fromager Liégeois café	Potage de légumes Salade de pâtes tricolore Jambon blanc* <input type="checkbox"/> Poêlée de légumes Yaourt aromatisé Poire	Potage de légumes Salade de pâtes tricolore Escalope viennoise <input type="checkbox"/> Poêlée de légumes Yaourt nature Poire
DIMANCHE	Potage de légumes Macédoine de légumes Cassoulet* (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Rondelé Tarte au flan	Potage de légumes Salade de p. de terre océane Emincé de dinde au jus <input type="checkbox"/> Petits pois Emmental Pomme	Potage de légumes Macédoine de légumes vinaigrette Emincé de dinde au jus <input type="checkbox"/> Haricots lingots Emmental Tarte au flan	Potage de légumes Macédoine de légumes Cassoulet* (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Rondelé Pâtisserie sans sucre

* Plat contenant du porc

Total MENU A

Total MENU B

Total MENU SANS SEL

Total MENU SANS SUCRE

CERTIFIÉ/LABEL

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade risetti, poivron, basilic: risetti (petites pâtes);Salade vitaminée: carotte, chou chinois, vinaigrette à l'orange;Salade chef : riz, tomate, épaule de porc, œuf dur, persil;Salade exotique : riz, tomate, ananas, maïs, persil;Salade pastourelle : pâte, tomate, poivron vert;Salade de pâte tricolore : pâte, tomate, olive noire, poivron vert;Salade western : haricot rouge, maïs, poivron rouge, persil;Salade de pommes de terre océane : pdt, crème, colin, échalote, ciboulette;Salade de p. de terre à l'ancienne: p. de terre, moutarde à l'ancienne

Les volailles sont d'origine française

Le sauté de bœuf provient de notre fournisseur "Lozère Viande"

Le sauté, le rôti de porc et la saucisse proviennent de notre fournisseur "Bousquet" (Aveyron).

Les fruits proviennent des "Vergers du Bosquets" (Tarn) lorsque les approvisionnements le permettent : pomme, poire, kiwi et sont servis selon la disponibilité d'approvisionnement.

Toutes nos purées de fruits maison, sont 100% fruits et sans sucre ajouté.

Les desserts maison sont élaborés sur notre cuisine par le chef et son équipe.



Semaine n°42 - du 18 au 24 Octobre 2021

CC Cœur de Garonne 12 rue Notre Dame 31370 RIEUMES / 05.61.98.27.72

	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
LUNDI	Crème de légumes Chou rouge vinaigrette Sauté de porc au prunes* <input type="checkbox"/> Riz créole Gouda Purée de pommes	Crème de légumes Semoule fantaisie Filet de colin sauce crevette <input type="checkbox"/> Poêlée de légumes Petit fromage frais ail et fines herbes Kiwi	Crème de légumes Chou rouge vinaigrette Sauté de porc au prunes* <input type="checkbox"/> Riz créole Gouda Purée de pommes	Crème de légumes Chou rouge vinaigrette Sauté de porc au prunes* <input type="checkbox"/> Riz créole Gouda Purée de pommes
MARDI	Potage de légumes Salade de lentilles Poulet Vallée d'Auge Haricots beurre ail et persil <input type="checkbox"/> Yaourt nature Banane	Potage de légumes Salade coleslaw Andouillette* <input type="checkbox"/> Purée de p. de terre Camembert Flan chocolat	Potage de légumes Salade de lentilles Poulet Vallée d'Auge Haricots beurre ail et persil <input type="checkbox"/> Yaourt nature Banane	Potage de légumes Salade de lentilles Poulet Vallée d'Auge Haricots beurre ail et persil <input type="checkbox"/> Yaourt nature Banane
MERCREDI	Potage de légumes Galantine de volaille Filet de lieu sauce agrumes <input type="checkbox"/> Jardinière de légumes Emmental Semoule au lait ©	Potage de légumes Macédoine mayonnaise Lasagnes à la bordelaise (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Pavé 1/2 sel Pomme	Potage de légumes Salade de pommes de terre à la bordelaise Filet de lieu sauce agrumes <input type="checkbox"/> Jardinière de légumes Emmental Semoule au lait ©	Potage de légumes Galantine de volaille Filet de lieu sauce agrumes <input type="checkbox"/> Jardinière de légumes Emmental Semoule au lait sans sucre©
JEUDI	Potage de légumes Salade de riz Emincé de dinde à la crème <input type="checkbox"/> Carottes persillées Cotentin Tarte aux quetsches	Potage de légumes Pâté de foie* <input type="checkbox"/> Jambon braisé au jus* <input type="checkbox"/> Haricots lingots Yaourt aromatisé Orange	Potage de légumes Salade de riz Emincé de dinde à la crème <input type="checkbox"/> Carottes persillées Cotentin Tarte aux quetsches	Potage de légumes Salade de riz Emincé de dinde à la crème <input type="checkbox"/> Carottes persillées Cotentin Pâtisserie édulcorée
VENDREDI	Potage Salade de tortis basilic Beignets de poisson <input type="checkbox"/> Poireau béchamel Brie Prunes	Potage Salade verte Bœuf mode <input type="checkbox"/> Pomme de terre vapeur Fondus président Purée pomme menthe	Potage Salade de tortis basilic Bœuf mode <input type="checkbox"/> Carottes braisées Yaourt nature Prunes	Potage Salade de tortis basilic Beignets de poisson <input type="checkbox"/> Poireau béchamel Brie Prunes
SAMEDI	Potage de légumes Carottes râpées à l'orange Choucroute* (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Fraidou Crème dessert vanille	Potage de légumes Pâtes au basilic <input type="checkbox"/> Tortillas Epinards à la crème Saint Paulin Kiwi	Potage de légumes Carottes râpées à l'orange Steak haché de veau au jus <input type="checkbox"/> Légumes choucroute Fromage frais nature Crème dessert vanille	Potage de légumes Carottes râpées à l'orange Choucroute* (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Fraidou Purée pomme coing ©
DIMANCHE	Potage de légumes Taboulé Cuisse de canette au jus <input type="checkbox"/> Petits pois fermière Fromage frais au sel de Guérande Tarte normande	Potage de légumes Haricots verts vinaigrette <input type="checkbox"/> Marmite de poisson basquaise Riz créole Yaourt nature Flan nappé caramel	Potage de légumes Taboulé Cuisse de canette au jus <input type="checkbox"/> Petits pois fermière Yaourt nature Tarte normande	Potage de légumes Taboulé Cuisse de canette au jus <input type="checkbox"/> Petits pois fermière Fromage frais au sel de Guérande Pâtisserie sans sucre

* Plat contenant du porc

Total MENU A

Total MENU B

Total MENU SANS SEL

Total MENU SANS SUCRE



LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Semoule fantaisie: semoule, tomate, maïs; Salade arlequin : pomme de terre, maïs, poivron rouge, poivron vert; Salade coleslaw : carotte, chou blanc; Salade fantaisie : céleri rave, ananas, pomme, raisin sec; Salade de lentilles : lentille, brunoise de légumes, oignon, persil; Salade Marco Polo : pâte, poivron rouge, surimi; Pâtes au basilic : pâte, tomate, basilic; Salade piémontaise : pomme de terre, tomate, épaule de porc, œuf dur, cornichon, persil; Semoule fantaisie: semoule, tomate, maïs

Les volailles sont d'origine française
Le sauté de bœuf provient de notre fournisseur "Lozère Viande"
Le sauté, le rôti de porc et la saucisse proviennent de notre fournisseur "Bousquet" (Aveyron).
Les fruits proviennent des "Vergers du Bosquets" (Tarn) lorsque les approvisionnements le permettent : pomme, poire, kiwi et sont servis selon la disponibilité d'approvisionnement.

Toutes nos purées de fruits maison, sont 100% fruits et sans sucre ajouté.
Les desserts maison sont élaborés sur notre cuisine par le chef et son équipe.



Semaine n°43 - du 25 au 31 Octobre 2021

CC Cœur de Garonne 12 rue Notre Dame 31370 RIEUMES / 05.61.98.27.72

	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
LUNDI	Potage Salade coleslaw Hachis Parmentier (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Mimolette Liégeois café	Potage Salade soisson Colin meunière citron <input type="checkbox"/> Chou-fleur et brocoli Fromage blanc nature Pomme	Potage Salade coleslaw Hachis Parmentier (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Fromage blanc nature Liégeois café	Potage Salade coleslaw Hachis Parmentier (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Mimolette Purée pomme pruneaux
MARDI	Potage de légumes Céleri rémoulade Emincé de dinde à la moutarde à l'ancienne <input type="checkbox"/> Haricots verts Petit fromage frais ail et fines herbes Purée pomme banane	Potage de légumes Betteraves vinaigrette Saucisse de Toulouse* <input type="checkbox"/> Lentilles cuisinées Emmental Flan nappé caramel	Potage de légumes Céleri vinaigrette Emincé de dinde à la moutarde à l'ancienne <input type="checkbox"/> Haricots verts Emmental Purée pomme banane	Potage de légumes Céleri rémoulade Emincé de dinde à la moutarde à l'ancienne <input type="checkbox"/> Haricots verts Petit fromage frais ail et fines herbes Purée pomme banane
MERCREDI	Potage de légumes Pâté de campagne* <input type="checkbox"/> Couscous aux boulettes d'agneau (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Yaourt aromatisé Poire	Potage de légumes Salade italienne Goulash de bœuf <input type="checkbox"/> Petits pois Tomme noire Mousse au chocolat	Potage de légumes Macédoine de légumes vinaigrette Couscous aux boulettes d'agneau (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Yaourt aromatisé Poire	Potage de légumes Pâté de campagne* <input type="checkbox"/> Couscous aux boulettes d'agneau (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Yaourt nature Poire
JEUDI	Potage de légumes Museau de porc vinaigrette* <input type="checkbox"/> Rôti de porc au jus* Chou fleur béchamel Coulommiers Gaufre au chocolat	Potage de légumes Haricots beurre vinaigrette Escalope de dinde sauce forestière <input type="checkbox"/> Coquillettes Cotentin Prunes	Potage de légumes Carottes râpées vinaigrette Rôti de porc au jus* <input type="checkbox"/> Chou fleur béchamel Fromage frais nature Gaufre au chocolat	Potage de légumes Museau de porc vinaigrette* <input type="checkbox"/> Rôti de porc au jus* Chou fleur béchamel Coulommiers Purée pomme myrtille
 VENDREDI	Potage Chou rouge vinaigrette Filet de colin sauce bretonne <input type="checkbox"/> Riz créole Edam Crème dessert vanille	Potage Salade Marco Polo Cordon bleu <input type="checkbox"/> Petits pois au jus Fromage blanc nature Pomme	Potage Chou rouge vinaigrette Filet de colin sauce bretonne <input type="checkbox"/> Riz créole Fromage blanc nature Crème dessert vanille	Potage Chou rouge vinaigrette Filet de colin sauce bretonne <input type="checkbox"/> Riz créole Edam Purée pomme figues
SAMEDI	Potage de légumes Taboulé Poulet sauce chasseur <input type="checkbox"/> Navets braisés Fraidou Kiwi	Potage de légumes Poireau vinaigrette Rognons de porc sauce bordelaise <input type="checkbox"/> Purée de pommes de terre Bleu Crème dessert chocolat	Potage de légumes Taboulé Poulet sauce chasseur <input type="checkbox"/> Navets braisés Fromage frais nature Kiwi	Potage de légumes Taboulé Poulet sauce chasseur <input type="checkbox"/> Navets braisés Fraidou Kiwi
DIMANCHE	Potage de légumes Tartare de légumes au fromage frais Potée au jambonneau* (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Crème anglaise Moelleux au chocolat	Potage de légumes Salade de pâtes tricolore Filet de lieu sauce citron <input type="checkbox"/> Carottes et champignons persillés Gouda Orange	Potage de légumes Salade coleslaw Blanquette de volaille <input type="checkbox"/> Riz créole Crème anglaise Moelleux au chocolat	Potage de légumes Tartare de légumes au fromage frais Potée au jambonneau* (Plat complet) <input type="checkbox"/> *** Fromage blanc nature Pâtisserie sans sucre

* Plat contenant du porc

Total MENU A

Total MENU B

Total MENU SANS SEL

Total MENU SANS SUCRE

CERTIFIÉ/LABEL

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Salade pastourelle: pâtes, tomate, poivron; Trio de légumes: haricots verts, carottes, chou-fleur; Clafoutis d'Automne: champignons, panais; Salade chef: riz, tomate, épaule de porc, œuf dur, persil; Salade coleslaw: carotte, chou blanc; Salade italienne: pâte, tomate, olive noire, poivron vert, basilic; Salade Marco Polo: pâte, poivron rouge, surimi; Salade nicarde: pomme de terre, tomate, haricot vert; Salade de pâte tricolore: pâte, tomate, olive noire, poivron vert; Salade soisson: haricot blanc, tomate, poivron, paprika

Les volailles sont d'origine française

Le sauté de boeuf provient de notre fournisseur "Lozère Viande"

Le sauté, le rôti de porc et la saucisse proviennent de notre fournisseur "Bousquet" (Aveyron). Les fruits proviennent des "Vergers du Bosquets" (Tarn) lorsque les approvisionnements le permettent: pomme, poire, kiwi et sont servis selon la disponibilité d'approvisionnement.

Toutes nos purées de fruits maison, sont 100% fruits et sans sucre ajouté.

Les desserts maison sont élaborés sur notre cuisine par le chef et son équipe.