



Semaine n°49 - du 6 au 12 Décembre 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 Betterave ciboulette Sauté de dinde angevine Riz créole Petit fromage frais ail et fines herbes Purée pomme pruneaux	Velouté aux champignons Semoule fantaisie Haché de veau sauce chasseur Choux de Bruxelles Yaourt aromatisé Pomme	Velouté aux champignons Betterave ciboulette Sauté de dinde angevine Riz créole Yaourt nature Purée pomme pruneaux	Velouté aux champignons Betterave ciboulette Sauté de dinde angevine Riz créole Petit fromage frais ail et fines herbes Purée pomme pruneaux
MARDI	Potage de légumes Carotte rapées vinaigrette Palette de porc au jus* Haricots lingots Rondelé nature Mousse au chocolat	Potage de légumes Salade de pâtes tricolore Filet de colin à l'armoricaine Brunoise de légumes Edam Semoule au lait ©	Potage de légumes Carotte rapées vinaigrette Poulet rôti Haricots lingots Petit fromage frais Mousse au chocolat	Potage de légumes Carotte rapées vinaigrette Palette de porc au jus* Haricots lingots Rondelé nature Purée pomme agrumes
MERCREDI	Potage de légumes Salade auvergnate Bœuf stroganoff Pâtes papillons Yaourt nature Purée de pomme	Potage de légumes Pâté de campagne* Emincé de dinde tandoori Chou fleur persillé Gouda Banane	Potage de légumes Salade auvergnate Bœuf stroganoff Pâtes papillons Yaourt aromatisé Purée de pomme	Potage de légumes Salade auvergnate Bœuf stroganoff Pâtes papillons Yaourt nature Purée de pomme
JEUDI	Potage de légumes Rillettes de porc* Echine de porc aux herbes* Navets braisés Camembert Clafoutis cerises	Potage de légumes Céleri rémoulade Coquillettes à la poignaise (Plat complet) *** Fraidou Orange	Potage de légumes Pomelos Echine de porc aux herbes* Navets braisés Fromage frais nature Clafoutis cerises	Potage de légumes Rillettes de porc* Echine de porc aux herbes* Navets braisés Camembert Pâtisserie sans sucre
VENDREDI	Potage Dubarry Salade de riz exotique Beignets de poisson Epinards à la crème Mimolette Mousse au café	Potage Dubarry Macédoine de légumes mavonnaise Tajine de poulet au raisins secs Semoule Cotentin Pomme	Potage Dubarry Salade de riz exotique Tortilla Epinards à la crème Emmental Mousse au café	Potage Dubarry Salade de riz exotique Beignets de poisson Epinards à la crème Mimolette Purée pomme myrtille
SAMEDI	Potage de légumes Haricots beurre échalote Boudin noir* Purée de p. de terre Brie Kiwi	Potage de légumes Salade western Duo de poisson sauce crevette Blettes sauce mornay Saint Paulin Crème dessert caramel	Potage de légumes Haricots beurre échalote Duo de poisson sauce crevette Purée de p. de terre Yaourt aromatisé Kiwi	Potage de légumes Haricots beurre échalote Boudin noir* Purée de p. de terre Brie Kiwi
DIMANCHE	Potage de légumes Salade arlequin Carbonnade flammande Carottes braisées Petit fromage frais aux noix Tarte au flan	Potage de légumes Betteraves vinaigrette Chou farçi Semoule Emmental Liégeois chocolat	Potage de légumes Salade arlequin Carbonnade flammande Carottes braisées Rondelé nature Tarte au flan	Potage de légumes Salade arlequin Carbonnade flammande Carottes braisées Petit fromage frais aux noix 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

Salade exotique: riz, ananas, maïs; Risotto fermière: riz, jambon, champignon, crème; Poêlée campagnarde: p. de terre, haricots verts, champignons; Poêlée de légumes: carotte, haricots verts, navets; Salade arlequin: pomme de terre, maïs, poivron rouge, poivron vert; Salade auvergnate: chou blanc, emmental, oignon, persil; Salade italienne: pâte, tomate, olive noire, poivron vert, basilic; Salade de pâte tricolore: pâte, tomate, olive noire, poivron vert; Salade western: haricot rouge, maïs, poivron rouge, 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°50- du 13 au 19 Décembre 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 Pâtes au basilic Emincé de dinde au jus Haricots verts aux oignons Fondus président Purée de pomme	Crème de légumes Salade fantaisie Chili con carne (Plat complet) *** Camembert Crème dessert chocolat	Crème de légumes Pâtes au basilic Emincé de dinde au jus Haricots verts aux oignons Fromage blanc nature Purée de pomme	Crème de légumes Pâtes au basilic Emincé de dinde au jus Haricots verts aux oignons Fondus président Purée de pomme
	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
MARDI	Potage de légumes Betterave vinaigrette Jambonneau sauce moutarde* Lentilles cuisinées Fromage blanc nature Banane	Potage de légumes Crêpe au fromage Colin pané au citron Carottes braisées Petit fromage frais ail et fines herbes Flan nappé caramel	Potage de légumes Betterave vinaigrette Escalope de dinde Lentilles cuisinées Fromage blanc nature Banane	Potage de légumes Betterave vinaigrette Jambonneau sauce moutarde* Lentilles cuisinées Fromage blanc nature Banane
	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
MERCREDI	Potage de légumes Salade colorée Poulet rôti Tortis Brie Purée pomme agrumes	Potage de légumes Salade soisson Omelette Poêlée forestière Yaourt aromatisé Orange	Potage de légumes Salade colorée Poulet rôti Tortis Yaourt aromatisé Purée pomme agrumes	Potage de légumes Salade colorée Poulet rôti Tortis Brie Purée pomme agrumes
	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
JEUDI	Potage de légumes Cervelas* Paupiette de veau sauce chasseur Purée de potiron Gouda Far Breton	Potage de légumes Poireau vinaigrette Boulettes de bœuf sauce piquante Pommes de terre sautées ail et persil Cotentin Clémentines	Potage de légumes Salade Pastourelle Haché de poulet Purée de potiron Fromage blanc nature Far Breton	Potage de légumes Cervelas* Paupiette de veau sauce chasseur Purée de potiron Gouda Pâtisserie sans sucre
	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
VENDREDI	Potage parmentier Carottes râpées vinaigre de cidre Colin sauce persillée Riz pilaf Yaourt aromatisé Purée pomme ananas	Potage parmentier Pommes de terre à l'échalote Croustillon à la parisienne (Plat complet) *** Saint Paulin Pomme	Potage parmentier Carottes râpées vinaigre de cidre Colin sauce persillée Riz pilaf Yaourt aromatisé Purée pomme ananas	Potage parmentier Carottes râpées vinaigre de cidre Colin sauce persillée Riz pilaf Yaourt nature Purée pomme ananas
	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
SAMEDI	Potage de légumes Salade de lentilles Tortillas Petits pois fermière Fromage frais au sel de Guérande Orange	Potage de légumes Macédoine mayonnaise Bœuf aux oignons Semoule Mimolette Liégeois vanille	Potage de légumes Salade de lentilles Tortillas Petits pois fermière Fromage frais au sel de Guérande Orange	Potage de légumes Salade de lentilles Tortillas Petits pois fermière Fromage frais au sel de Guérande Orange
	MENU A	MENU B	MENU PAUVRE EN SEL	MENU PAUVRE EN SUCRE
DIMANCHE	Potage de légumes Salade coleslaw Sauté de porc aux pruneaux* Pâtes papillons Emmental Moelleux chocolat betterave	Potage de légumes Taboulé Langue de bœuf sauce madère Printanière de légumes Fraidou Mousse au café	Potage de légumes Salade coleslaw Sauté de porc aux pruneaux* Pâtes papillons Emmental Moelleux chocolat betterave	Potage de légumes Salade coleslaw Sauté de porc aux pruneaux* Pâtes papillons Emmental 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

Salade chef : riz, tomate, épaule de porc, œuf dur, persil; Salade coleslaw : carotte, chou blanc; Salade colorée : carottes, radis, chou rouge, oignon; Salade fantaisie : céleri rave, ananas, pomme, raisin sec; Salade de lentilles : lentille, brunoise de légumes, oignon, persil; Salade Marco Polo : pâte, poivron rouge, surimi; Salade pastourelle : pâte, tomate, poivron vert; Pâtes au basilic : pâte, tomate, basilic; Salade soisson : haricot blanc, tomate, poivron, paprika; Semoule fantaisie : semoule, tomate, maïs

CERTIFIÉ/LABEL

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°51- du 20 au 26 Décembre 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 crécy Salade fantaisie Palette de porc à la diable* Penne rigate Yaourt nature Flan nappé caramel	Potage crécy Salade antillaise Haché de veau sauce normande Mitonnée d'automne Mimolette Pomme	Potage crécy Salade fantaisie Dos de colin sauce crème Pommes de terre rissolées Yaourt nature Flan nappé caramel	Potage crécy Salade fantaisie Palette de porc à la diable* Penne rigate Yaourt nature Purée pomme
MARDI	Potage de légumes Pâté de campagne* Omelette Poêlée de légumes Edam Liégeois café	Potage de légumes Carottes râpées vinaigrette au cumin Sauté de dinde au curry Riz créole Fondou président Purée pomme agrumes	Potage de légumes Salade de pâtes basilic Omelette Poêlée de légumes Fromage frais nature Liégeois café	Potage de légumes Pâté de campagne* Omelette Poêlée de légumes Edam Clémentines
MERCREDI	Potage de légumes P. de terre à l'ancienne Poulet sauce suprême Haricots beurre Cotentin Flan vanille	Potage de légumes Betteraves à l'ail Sauté de bœuf aux oignons Semoule Yaourt aromatisé Poire	Potage de légumes P. de terre à l'ancienne Poulet sauce suprême Haricots beurre Cotentin Flan vanille	Potage de légumes P. de terre à l'ancienne Poulet sauce suprême Haricots beurre Cotentin Purée pomme menthe
JEUDI	Potage de légumes Chou rouge vinaigrette Tortellini de bœuf sauce crème champignon (Plat complet) *** Coulommiers Crème dessert caramel	Potage de légumes Salade Esaü Escalope de porc charcutière* Petits pois carottes Fraidou Orange	Potage de légumes Chou rouge vinaigrette Emincé de dinde au jus Tortis Yaourt nature Crème dessert caramel	Potage de légumes Chou rouge vinaigrette Tortellini de bœuf sauce crème champignon (Plat complet) *** Coulommiers Purée pomme mangue
VENDREDI	Potage de légumes Salade italienne Filet de lieu sauce aurore Haricots verts persillés Petit fromage frais ail et fines herbes Pomme	Potage de légumes Salade vendéenne Jambon blanc* Purée de pommes de terre Tomme blanche Flan nappé caramel	Potage de légumes Salade italienne Filet de lieu sauce aurore Haricots verts persillés Yaourt aromatisé Pomme	Potage de légumes Salade italienne Filet de lieu sauce aurore Haricots verts persillés Petit fromage frais ail et fines herbes Pomme
SAMEDI	Potage de légumes Rillettes au saumon Cuisse de canette et sa farce fine aux raisins et marrons Pommes noisettes Cantal Bûche de Noël	JOYEUX NOEL 		Potage de légumes Rillettes au saumon Cuisse de canette et sa farce fine aux raisins et marrons Pommes noisettes Cantal Bûche de Noël
DIMANCHE	Potage de légumes Macédoine de légumes Cassoulet* (Plat complet) *** Rondelé Eclair café	Potage de légumes P. de terre océane Emincé de dinde aux oignons Haricots beurre Brie Pomme	Potage de légumes Macédoine de légumes vinaigrette Filet de colin sauce crustacés Purée de potiron Yaourt nature Eclair café	Potage de légumes Macédoine de légumes Cassoulet* (Plat complet) *** Rondelé 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

P. de terre à l'ancienne: p. de t., moutarde à l'ancienne; Mitonnée d'automne: chou-fleur, panais, carotte; Salade antillaise : riz, tomate, ananas, poivron vert, persil; Salade esaü : lentille, tomate, œuf dur, échalote, ail, persil; Salade fantaisie : céleri rave, ananas, pomme, raisin sec; Salade indienne : riz, poivron vert, cœur de palmier, raisin sec, curry; Salade italienne : pâte, tomate, olive noire, poivron vert, basilic; Pâtes au basilic : pâte, tomate, basilic; Salade de pois chiche : pois chiche, tomate, oignon, ail; Salade vendéenne : chou blanc, raisin sec; Salade de pommes de terre océane : pdt, crème, colin, échalote, ciboulette

CERTIFIÉ/LABEL

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°52 - du 27 Décembre 2021 au 2 Janvier 2022

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 crécy Chou blanc vinaigrette Lasagne bolognaise (Plat complet) *** Fondu président Flan vanille	Potage crécy Semoule fantaisie Tortilla Haricots verts persillés Gouda Kiwi	Potage crécy Chou blanc vinaigrette Sauté de porc à la sauge* Purée de pommes de terre Yaourt aromatisé Flan vanille	Potage crécy Chou blanc vinaigrette Lasagne bolognaise (Plat complet) *** Fondu président Purée pomme ©
MARDI	Potage de légumes P. de terre à l'échalote Poulet Vallée d'Auge Petits pois fermière Rondelé nature Banane	Potage de légumes Carottes râpées à l'orange Paupiette de veau à la bordelaise Lentilles cuisinées Camembert Liégeois chocolat	Potage de légumes Salade verte Poulet Vallée d'Auge Petits pois fermière Fromage frais nature Banane	Potage de légumes P. de terre à l'échalote Poulet Vallée d'Auge Petits pois fermière Rondelé nature Banane
MERCREDI	Potage de légumes Pâté de foie* Jambon au porto* Chou-fleur béchamel Emmental Purée de poire (c)	Potage de légumes Salade fantaisie Blanquette de poisson Riz créole Pavé 1/2 sel Flan nappé caramel	Potage de légumes Salade western Emincé de poulet au curry Chou-fleur béchamel Emmental Purée de poire (c)	Potage de légumes Pâté de foie* Jambon au porto* Chou-fleur béchamel Emmental Pomme
JEUDI	Potage de légumes Betterave à l'ail Bœuf mode Navets au beurre persillé Cotentin Crêpe au sucre	Potage de légumes Galantine de volaille Choucroute* (Plat complet) *** Yaourt aromatisé Purée pomme banane ©	Potage de légumes Betterave à l'ail Bœuf mode Navets au beurre persillé Cotentin Crêpe au sucre	Potage de légumes Betterave à l'ail Bœuf mode Navets au beurre persillé Cotentin Clémentines
VENDREDI	Potage de légumes Salade des incas Colin meunière citron Haricots beurre ail et persil Brie Pomme	Potage de légumes Macédoine de légumes Sauté de dinde aux oignons Tortis Fondu président Liégeois chocolat	Potage de légumes Salade des incas Omelette Haricots beurre ail et persil Yaourt nature Pomme	Potage de légumes Salade des incas Colin meunière citron Haricots beurre ail et persil Brie Pomme
SAMEDI	Potage de légumes Mousson de canard et chutney aux figes Filet de cabillaud aux crevettes et beurre blanc Riz basmati à la citronnelle Pont l'Evêque Triangle à la poire	BONNE ANNEE 2022		Potage de légumes Mousson de canard et chutney aux figes Filet de cabillaud aux crevettes et beurre blanc Riz basmati à la citronnelle Pont l'Evêque Triangle à la poire
DIMANCHE	Potage de légumes Salade colorée Parmentier de canard (Plat complet) *** Fromage frais au sel de Guérande Tarte aux pommes	Potage de légumes Salade pastourelle Filet de lieu sauce bery Fondue de poireau Saint Paulin Flan vanille	Potage de légumes Salade colorée Parmentier de canard (Plat complet) *** Yaourt nature Tarte aux pommes	Potage de légumes Salade colorée Parmentier de canard (Plat complet) *** 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

CERTIFIÉ/LABEL

LES RECETTES ET COMPOSITIONS

Poêlée d'Antan aux champignons: carotte, panais, champignons; Salade colorée : carottes, radis, chou rouge, oignon; Salade fantaisie : céleri rave, ananas, pomme, raisin sec; Salade incas : riz, carotte, maïs; Salade de lentilles : lentille, brunoise de légumes, oignon, persil; Salade pastourelle : pâte, tomate, poivron vert; Salade western : haricot rouge, maïs, poivron rouge, 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.