

MENU ADULTE OCTOBRE 2022

Lundi 3 Octobre	Mardi 4 Octobre	Mercredi 5 Octobre	Jeudi 6 Octobre	Vendredi 7 Octobre	Samedi 8 Octobre	Dimanche 9 Octobre
Terrine de légumes Sauté de porc aux olives Polenta Comté AOP Fruit	Salade de tomate vinaigrette Filet de poulet à l'oseille Riz de Camargue IGP safrané Coulommiers Flan nappé caramel BIO	Salade de pépinettes concombre/tomate Filet de poisson meunière Ratatouille BIO Saint Nectaire AOP Fruit	Taboulé maison (semoule BIO) Bœuf BIO sauce champignons Petits pois au jus Yaourt nature BIO Tartelette aux pommes maison	Chou bicolore BIO vinaigrette Poulet rôti BIO au jus Coquillettes semi-complètes BIO Tome blanche Compote pomme banane	Poireaux BIO vinaigrette Filet de poisson sauce provençale Pommes lyonnaise BIO Mini roitelet Banane BIO	Pâté croûte Rôti de veau au jus Poêlée brocolis/champignons Fromage Petit Vigneron Gâteau au chocolat maison
Lundi 10 Octobre	Mardi 11 Octobre	Mercredi 12 Octobre	Jeudi 13 Octobre	Vendredi 14 Octobre	Samedi 15 Octobre	Dimanche 16 Octobre
SEMAINE DU GOÛT : les produits frais, locaux et/ou BIO						
Betteraves rouge BIO à l'échalote Hachis parmentier BIO Fromage Polinois (local) Pomme BIO des vergers de Perrigny (trié par l'Esat)	Salade verte de Louhans Saucisse de Morteau IGP aux lentilles locales Saint Savin (local) Crème dessert vanille au lait de Normandie	Tarte au comté AOP Filet de poisson sauce bourguignonne Haricots verts persillés Roucoupons (local) Poire de Saône et Loire	Chou blanc et potiron BIO Sauté de volaille sauce cancoillotte Riz de Camargue IGP Comté AOP Compote de pommes BIO	Velouté de potiron BIO Quenelle nature BIO sauce tomate Carottes BIO aux herbes Yaourt nature BIO Enil Tarte goumeau maison (au lait entier de Perrigny)	Jambon persillé de Bourgogne Cuisse de poulet BBC Chou braisé BIO Cacouyard (local) Poire au vin	Poireaux BIO vinaigrette Rôti de porc IGP sauce au bleu Fenouil/pdt BIO Petit Mournier (local) Flan caramel maison (au lait entier de Perrigny)
Lundi 17 Octobre	Mardi 18 Octobre	Mercredi 19 Octobre	Jeudi 20 Octobre	Vendredi 21 Octobre	Samedi 22 Octobre	Dimanche 23 Octobre
Cèleri rémoulade BIO Boeuf bourguignon BIO Flageolets Fromage Altesse Fruit	Taboulé (semoule BIO) Aiguillette de volaille sauce forestière Petits pois au jus Cantal AOP Fruit	Salade verte BIO Boudin blanc local au jus Épinards hachés sauce béchamel Camembert Gâteau de semoule	Macédoine de légumes Filet de poisson sauce normande Riz de Camargue IGP Brin d affinois Flan caramel	Salade de lentilles locales Sauté de volaille à l'ancienne Gratin de potiron BIO Fromage blanc Brownie au chocolat maison	Mosaïque de légumes Sauté de veau sauce financière Pomme lyonnaise BIO Rouy Fruit	Terrine de lapin Filet de poisson sauce safran Cocotte de légumes BIO Grimont Chou crème pâtissière
Lundi 24 Octobre	Mardi 25 Octobre	Mercredi 26 Octobre	Jeudi 27 Octobre	Vendredi 28 Octobre	Samedi 29 Octobre	Dimanche 30 Octobre
Velouté courgette BIO à la vache qui rit Choucroute (pdt BIO) Cantal AOP Fruit	Pâté croûte Haut de cuisse de poulet label rouge Carottes BIO sauce béchamel Yaourt aromatisé Enil Fruit	Salade d'endives Filet de poisson à l'oseille Torsades semi-complètes BIO Saint Nectaire AOP Mousse au citron	Salade verte Hachis parmentier au potiron BIO (viande de bœuf BIO) Comté AOP Compote pomme fraise	Betterave rouge BIO à l'échalote Omelette sauce tomate Haricots verts persillés Morbier AOP Tartelette amandine poire maison	Poireaux vinaigrette BIO Gratin de poisson Tagliatelles Brin d affinois Fruit	Rillettes cornichons Sauté de volaille aux oignons Chou chinois braisé BIO Le pénitent Tarte au flan
Lundi 31 Octobre	Mardi 1 Novembre	Menus établis sous réserve d'approvisionnement				
Chou bicolore BIO vinaigrette Rôti de porc IGP au jus Coquillettes semi-complètes BIO Camembert Dés de pêches au sirop	Taboulé maison Sauté de veau marengo Épinards hachés sauce béchamel Bûche du Pilat Ile flottante	Vous trouverez des suggestions pour vos menus du soir ainsi que la liste des allergènes sur le site internet de la ville de Lons le Saunier, rubrique Restaurant Municipal				

