

# COMMUNAUTE DE COMMUNES RHONY VISTRE VIDOURLE

## Menus du mois de Juillet 2019

(sous réserve d'approvisionnement)



En Juillet  
les légumes et  
fruits de saison  
sont :

La pastèque

Le concombre

La tomate

Les haricots verts

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
<b>Du 8 au 12</b>	Tomates vinaigrette <b>Poulet rôti</b> Coquillettes Fromage fouetté <b>Compote</b>	Pizza Chipolatas Ratatouille Yaourt sucré Fruit de saison	<b>Repas Américain</b> <b>Salade verte</b> <b>Hamburger</b>  <b>Pommes noisette</b>  <b>Cookies</b> <b>Oasis</b>	Salade de pois chiches Quenelles sauce provençale Carottes à l'huile d'olive Coulommiers à la coupe Fruit de saison	<b>Repas froid</b> Melon Œufs durs mayonnaise Salade de farfalles à l'italienne (tomates, mozzarella et basilic)  Mousse au chocolat
<b>Du 15 au 19</b>	Salade de blé parisienne (maïs, tomates et oignons) Filet de hoki sauce curry Galettes de légumes Bûche de chèvre à la coupe Fruit de saison	<b>Jambon blanc</b> Purée de pommes de terre Fromage blanc nature Biscuits	Salade verte et dés de brebis  Beignets de colin Courgettes à la provençale <b>Charlotte à la poire</b>	Concombres vinaigrette  Raviolis de bœuf à la tomate <b>Saint Paulin à la coupe</b> Flan au caramel	<b>Repas froid</b> Salade de haricots verts aux crudités <b>Rôti de dinde</b> Taboulé Cotentin Fruit de saison
<b>Du 22 au 26</b>	<b>Repas Mexicain (alternatif)</b> <b>Salade de maïs aux crudités</b>  <b>Fajitas</b> (tortilla de blé à garnir de chili aux haricots rouges et râpé) <b>et Riz</b> <b>Pastèque</b>	Salade de penne à la tapenade  Poisson pané et citron Ratatouille <b>Saint Marcellin à la coupe</b> Fruit de saison	Jus d'orange  Couscous de merguez et ses légumes  Chantailou Eclair au chocolat	Œuf dur mayonnaise  Croque monsieur Salade verte  Compote	<b>Repas froid</b> Tomates vinaigrette et mozzarella Rôti de bœuf Salade de pommes de terre pesto  Yaourt sucré
<b>Du 29 Juillet au 2 Août</b>	Melon jaune Bolognaise de bœuf Spaghettis <b>Tomme noire à la coupe</b> Crème dessert caramel	Quiche à la tomate maison  Omelette Haricots verts Crème anglaise <b>Madeleine aux pépites de chocolat</b>	Betteraves  Emincé de porc basquaise <b>Riz de Camargue</b> Camembert à la coupe Fruit de saison	Salade niçoise <b>Pilon de poulet</b> Courgettes à l'huile d'olive Petit moulé ail et fines herbes Fromage blanc aromatisé	<b>Repas froid</b> Carottes râpées Surimi Macédoine mayonnaise Gouda Fruit de saison

Information allergènes : présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.



Pâtisseries et plats complets  
faits "maison"



Nos menus respectent la saisonnalité  
des fruits et légumes frais



Produits issus de l'Agriculture  
Biologique



100% de nos fruits sont locaux (<160 km)  
(excepté les fruits exotiques et agrumes)