



# RESTAURANT MUNICIPAL D'INGRÉ - OCTOBRE 2024

Retrouvez les menus proposés sur le site  
[www.ingre.fr](http://www.ingre.fr) rubrique " Restauration  
 Municipale"

**A.L.S.H.**

lundi 30 septembre 2024	mardi 1 octobre 2024	mercredi 2 octobre 2024	jeudi 3 octobre 2024	vendredi 4 octobre 2024
Salade coleslaw Lasagne Bolognaise Salade verte Saint nectaire AOP Ramequin de compote de poire	Brisure de chou-fleur au maïs en vinaigrette Sauté de poulet aux champignons Coquillettes Bio Mimolette Pomme Bio	Pâté de campagne (Terrine de volaille) Omelette Bio Gratin de pomme de terre Assortiment de fromage Paris-Brest	<b>Menu végétarien</b> Carottes râpées Bio vinaigrette Chili de légumes Emmental Bio Ramequins de crème chocolat	Salade Mexicaine Poisson du jour sauce beurre blanc citronné Brocolis Camembert Fruit de saison
lundi 7 octobre 2024	mardi 8 octobre 2024	mercredi 9 octobre 2024	jeudi 10 octobre 2024	vendredi 11 octobre 2024
Raïta de concombre Bio (sauce yaourt et cumin) Boulette d'agneau au cumin Gratin de macaroni Edam Fruit de saison	<b>Menu végétarien</b> Salade verte chèvre toasté Curry de pois chiches Ramequin de fromage blanc Tarte aux pommes	Salade de blé Bio Niçois Filet de colin pané Haricots verts Bio persillé Tomme de Savoie IGP Mousse au chocolat du chef	Œuf dur mayonnaise Blanquette de veau à l'ancienne Riz Bio pilaf Yaourt nature Bio Chou à la crème	Lentilles et carotte râpée vinaigrette Cordon bleu Sauce Napolitaine Jardinière de légumes Coulommiers Banane Bio
lundi 14 octobre 2024	mardi 15 octobre 2024	mercredi 16 octobre 2024	jeudi 17 octobre 2024	vendredi 18 octobre 2024
Salade iceberg au surimi maïs Jambon Blanc Frites Petit Suisse aux fruits Clémentines	Friand au fromage Bœuf Bourguignon Pomme de terre vapeur Chaource AOP Ramequins de compote de pommes	Betteraves Bio vinaigrette Colombo de poisson Semoule Bio Comté Kiwi Bio	<b>Menu semaine du goût</b> Taboulé Libanais Sauté de dinde au basilic Epinard crème et curry Fromage blanc Bio confiture Gâteau à la carotte	<b>Menu végétarien</b> Soupe carotte et tomate Rôti de dinde au basilic Cantal AOP Salade de fruit d'Automne
lundi 21 octobre 2024	mardi 22 octobre 2024	mercredi 23 octobre 2024	jeudi 24 octobre 2024	vendredi 25 octobre 2024
<b>Menu végétarien</b> Tomate et fromage de brebis Nuggets de Blé mayonnaise au curry Purée de butternut et pomme de terre	Champignons à la Grecque Steak Haché de bœuf Frites Brie de Meaux AOP Ramequins de compote pomme banane	Macédoine mimosa sauce yaourt Pizza 4 fromages du chef Salade verte Assortiment de fromage Fondant au chocolat	Soupe de lentilles Chipolatas / saucisse de volaille Purée de pommes de terre Emmental Bio Ramequins de crème Pana cotta	Samoussa et sauce blanche Spaghetti Bio Carbonara (carbonara de volaille) Yaourt vanille Bio Tarte Normande
lundi 28 octobre 2024	mardi 29 octobre 2024	mercredi 30 octobre 2024	jeudi 31 octobre 2024	vendredi 1 novembre 2024
<b>Menu végétarien</b> Salade coleslaw Omelette Bio Gratin de chou-fleur et pomme de terre Tomme blanche Banane Bio	Quiche fromage Quenelle de volaille sauce duxelle Petits pois carottes Buche de chèvre Bio Ile Flottante	Salami danois Blanquette de poisson MS Riz Bio Assortiment de fromage Ramequin de crème au chocolat	Mâche à l'emmental et crouton Escalope de dinde Sauce crème Pommes de terre sautées Yaourt fruits mixés Clémentines Bio	TOUSSAINT

**Le responsable peut être amené à modifier les menus.**

*Vacances scolaires*

**Menu validé par une diététicienne suivant les recommandations du GEMRCN \***

Aide UE à destination des écoles

\* GEMRCN : Groupe d'Étude des Marchés de Restauration Collective et de Nutrition