



# Restaurant Municipal PLONEOUR-LANVERN

[restaurant@ploneour-lanvern.fr](mailto:restaurant@ploneour-lanvern.fr)

02 98 82 66 00

## Menus de juillet 2019

<b>Lundi 1 juillet</b>	<b>Mardi 2 juillet</b>	<b>Mercredi 3 juillet</b>	<b>Jeudi 4 juillet</b>	<b>Vendredi 5 juillet</b>
Pastèque	Salade océane (tomates, salade, maïs, crevettes, surimi)	Melon	Carottes râpées	Concombres, fêta
Quenelle de Brochet sauce armoricaine Pommes vapeur	Sauté de poulet sauce soja Haricots verts	Flan d'épinards aux lardons et au chèvre	Gratin de tortelloni au gruyère et à la ricotta	Palet Hénaff  Frites
Salade de fruits	Fromage Beignet à la framboise	Gâteau de semoule Crème anglaise	Compote	Glace
<b>Lundi 8 juillet</b>	<b>Mardi 9 juillet</b>	<b>Mercredi 10 juillet</b>	<b>Jeudi 11 juillet</b>	<b>Vendredi 12 juillet</b>
Salade Hollandaise (salade verte mimolette, gouda, edam)	Taboulé (semoule bio, menthe, tomates citron, poivrons, concombres)	Salade niçoise (poivrons, tomates, anchois thon, œufs, haricots verts)	Carottes râpées	
Sauté de porc au curry lait de coco Nouilles de riz	Omelette Poêlée de légumes	Tomate farcie Frites	Sauté de bœuf sauce américaine Pâtes bio	Pique nique
Salade de fruits	Fromage blanc sucré	crème chocolat	Fromage, compote	
<b>Lundi 15 juillet</b>	<b>Mardi 16 juillet</b>	<b>Mercredi 17 juillet</b>	<b>Jeudi 18 juillet</b>	<b>Vendredi 19 juillet</b>
Salade grecque (poivrons, concombres, olives tomates, fêta)	Piémontaise (jambon, cornichons, œufs tomates, pdt, mayonnaise)	Rillettes de thon	Melon	
Veau marengo Quinoa bio	Poulet rôti Petits pois, carottes	Quiche lorraine Salade verte	Steak haché Gratin de chou fleur et de pommes de terre	Pique nique
Compote	Yaourt sucré	Salade de fruits	Yaourt aux fruits	
<b>Lundi 22 juillet</b>	<b>Mardi 23 juillet</b>	<b>Mercredi 24 juillet</b>	<b>Jeudi 25 juillet</b>	<b>Vendredi 26 juillet</b>
Betteraves rouges vinaigrette	Salade composée (chèvre, croûtons, noix, salade verte)	Salade orientale (pois chiche, maïs, menthe)	Pastèque	
Escalope de dinde sauce normande Pommes sautées	Sauté d'agneau Flageolets, carottes	Feuilleté à la saucisse Salade verte Poires	Mijoté de bœuf Purée de potiron	Pique-nique
Fromage, fruit	Eclair au chocolat	belle Hélène	Crème à la vanille	
<b>Lundi 29 juillet</b>	<b>Mardi 30 juillet</b>	<b>Mercredi 31 juillet</b>	<b>Jeudi 1 août</b>	<b>Vendredi 2 août</b>
Melon	Taboulé (semoule bio, menthe, tomates citron, poivrons, concombres)	Concombres, fêta	Salade, croûtons, cantal	
Lasagne Salade verte	Omelette au fromage Poêlée de légumes	Colombo de veau Haricots verts	Gratin de poissons Salade verte	Pique-nique
Compote meringuée	Fruit	Pâtisserie	Salade de fruits	

Légende: Crudité, féculent, viande protidique, prduit laitier, légumes et fruits cuits



Viande Bovine d'origine et de qualité française