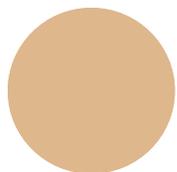
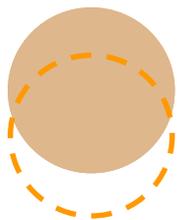
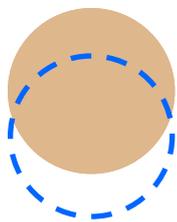


Les menus de saison

de l'Association des producteurs fermiers
du Pays Castelroussin

2014-2015



Association des producteurs fermiers
du Pays Castelroussin

L'Association des Producteurs Fermiers du Pays Castelroussin a pour objectif d'approvisionner les restaurants scolaires par des produits locaux et de qualité. Elle propose ses produits depuis septembre 2011 et nous tenons tout particulièrement à remercier les communes et les partenaires qui se sont engagés à nos côtés depuis la création de l'association.

Ce Livret comporte, comme l'année passée, **8 menus de saison** à organiser au fil de l'année. 100% locaux, ils ont été élaborés par le CODES (Comité Départemental d'Education pour la santé) de l'Indre afin de respecter l'équilibre alimentaire. Bien entendu, ces menus ne sont que des propositions et peuvent être adaptés ou vous inspirer, selon les envies et les moyens disponibles.

Un catalogue complet des produits locaux vient compléter notre offre et vous permet de passer commande directement au producteur.

Nous renouvelons, pour cette nouvelle année scolaire, la proposition de mettre en place un **partenariat d'approvisionnement annuel**. L'objectif étant d'anticiper les commandes à l'année, afin de permettre aux producteurs de planifier leur production et de vous garantir l'approvisionnement. Le développement de l'offre en produits locaux ne pourra se faire que sur la base de commandes régulières.

Enfin, une **charte d'engagement** a été mise en place, établie de manière concertée, elle répond aux attentes des collectivités et fédère les producteurs autour de valeurs communes. Vous la retrouverez ci-contre.

Laurent Sabourault,
Président de l'APFPC



Charte de l'Association des producteurs fermiers du pays Castelroussin

L'APFPC s'est fixé comme objectif d'approvisionner la restauration collective en circuits courts pour nourrir la population avec des produits de qualité (goût, parfum, fraîcheur, saveur...) aux coûts maîtrisés. Ce qui contribuera à donner une image positive de la production locale.

L'association regroupe, dans une démarche collective, des agriculteurs en activité, inscrits à la MSA ainsi que des entreprises artisanales et commerciales dont les gérants sont eux même inscrits à la MSA.

Les producteurs sont responsables de la production, de la transformation et de la vente de leurs produits.

Les produits sont élaborés localement, dans le respect de la législation et de la traçabilité. La prise en compte de l'environnement et du bien-être animal, la création et le maintien des emplois en milieu rural préoccupent également les producteurs.

L'association s'engage à garantir la disponibilité des produits conformément aux données du catalogue des produits locaux qu'elle édite en tenant compte de la saisonnalité des produits.

L'association œuvre, directement ou par le biais de partenariats, au rapprochement des différents publics (producteurs fermiers, cuisiniers, écoliers...). Elle garantit le maintien du lien producteur-consommateur via les visites d'exploitations et la capacité des producteurs à répondre aux questions et à expliquer leurs techniques de production.

A long terme les ambitions de l'association sont d'augmenter le nombre de producteurs et de s'orienter, de plus en plus, vers un approvisionnement régulier. De créer de la valeur ajoutée via la diversification en respectant le milieu naturel. Mais aussi, d'améliorer la santé par l'équilibre alimentaire tout en réduisant le gaspillage dans la restauration collective.

Automne,

1^{er} menu

Vendredi 17 octobre 2014

Au menu

*Betteraves râpées
Blanquette de veau
Pommes de terre en
robe des champs
Valençay
Palets au miel*

Note

La portion de palets est identique quelque soit l'âge, soit 2 biscuits secs par enfant ou par adulte. Ce type de produit n'est en effet pas indispensable nutritionnellement parlant, mais se consomme pour le plaisir !

Ingrédients

Les quantités indiquées correspondent à 100 portions, selon les recommandations GEMRCN mises à jour en 2011.

	Maternelles	Primaires	Adultes
Betteraves	5 kg	7 kg	10,5 kg
Huile de colza	selon appréciation		
Veau	6 kg	7 kg	11 kg
Pommes de terre	10 kg	15 kg	17,5 kg
Valençay 220g	14 unités	14 unités	18 unités
Palets au miel	200 unités	200 unités	200 unités
Coût de la portion	2,71€	2,89€	3,61€

Les tarifs sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent varier selon les saisons et les quantités commandées.

Ils vous livrent les produits ce mois-ci :

- ◆ Les Betteraves crues: Laurent Sabourault de Vendœuvres
- ◆ L'Huile de colza: François Moreau de Diors
- ◆ La Viande de veau: La Boucherie de la Ferme à Châteauroux
- ◆ Les Pommes de terre: Laurent Deffontaines à Arthon
- ◆ Le Valençay AOP (Agriculture Biologique) : Luce Bodin, Ferme de Beaumont à Déols
- ◆ Les Palets au miel : Pierre Baudat, SARL Baudat à Saint-Lactencin



Automne, 2nd menu

Vendredi 28 novembre 2014

Au menu

Poireaux vinaigrette
Chipolatas
Frites
Cœur de l'Indre
Pain d'épices au miel

Le saviez-vous ?

L'huile de colza est riche en Omega 3, acide gras essentiel pour l'organisme. Il contribue au bon fonctionnement du système cardio-vasculaire, à une bonne hygiène de vie et agit sur le taux de cholestérol. L'huile de colza que nous vous proposons est produite à la ferme, de façon artisanale.

Ingrédients

Les quantités indiquées correspondent à 100 portions, selon les recommandations GEMRCN mises à jour en 2011.

	Maternelles	Primaires	Adultes
Poireaux	5 kg	7 kg	10,5 kg
Huile de colza	selon appréciation		
Chipolatas 50g	100 unités	200 unités	300 unités
Frites	12 kg	17 kg	22,5 kg
Cœur de l'Indre 125g	24 unités	24 unités	32 unités
Pain d'épices	4,5 kg	4,5 kg	6 kg
Coût de la portion	1,74€	2,23€	3,12€

Les tarifs sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent varier selon les saisons et les quantités commandées.

Ils vous livrent les produits ce mois-ci :

- ◆ Les Poireaux : Laurent Sabourault de Vendœuvres
- ◆ L'Huile de Colza: François Moreau de Diors
- ◆ Les Chipolatas : Mathieu Thoonsen, EARL Thoonsen à Montchevrier
- ◆ Les Frites (Pommes de terres crues sous vide 10 x 10) : Bertrand Vivier, EARL du Portail à Montgivray.
- ◆ Le Fromage de chèvre : Odile Floury, EARL La Grand'Lande à Gargillesse
- ◆ Le Pain d'épices : Pierre Baudat, Maison Baudat à Saint-Lactencin



Hiver, 1^{er} menu

Vendredi 23 janvier 2015

Au menu

*Velouté de carottes
Poulet rôti
Pommes de terre
boulangères
Fromage blanc de
chèvre et son palet
au miel*

Recette des pommes de terre boulangères

Pelez les pommes de terre et coupez-les en rondelles assez fines et régulières. Beurrez un moule à bord assez haut et disposez-y les pommes de terre.

Ajoutez un bouquet garni, saler et poivrer.

Ajoutez un cube de bouillon dissout dans assez d'eau pour couvrir presque toutes les pommes de terre.

Parsemez de noisettes de beurre et mettez au four environ 40 min à 220°C.

Ingrédients

Les quantités indiquées correspondent à 100 portions, selon les recommandations GEMRCN mises à jour en 2011.

	Maternelles	Primaires	Adultes
Carottes	5 kg	7 kg	10,5 kg
Poulet	10 kg	14 kg	16 kg
Pommes de terre	10 kg	17 kg	22,5 kg
Fromage blanc	6 kg	8 kg	10 kg
Palets au miel	200 unités	200 unités	200 unités
Coût de la portion	2,52€	3,00€	3,34€

Les tarifs sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent varier selon les saisons et les quantités commandées.

Ils vous livrent les produits ce mois-ci :

- ◆ Les Carottes : Laurent Sabourault de Vendœuvres
- ◆ Le Poulet fermier: Gilles et Véronique Patraud, La Ferme du Pré Caillet à Saint-Plantaire
- ◆ Les Pommes de terres en filet: Laurent Deffontaines à Arthon
- ◆ Le Fromage Blanc de chèvre: Odile Floury, EARL La Grand'Lande à Gargillesse
- ◆ Les Palets au miel : Pierre Baudat, Maison Baudat à Saint-Lactencin



Hiver, 2nd menu

Vendredi 20 février 2015

Au menu

*Betteraves cuites en
salade*

*Pot au feu et ses
légumes*

Crottin de chèvre

Cookies au miel

Note

Le pot au feu permet de valoriser des morceaux de viande tels que la gîte, la joue, le paleron ou encore la macreuse, ainsi que des morceaux cartilagineux tels que la queue de bœuf ou l'os à moelle.

Ingrédients

Les quantités indiquées correspondent à 100 portions, selon les recommandations GEMRCN mises à jour en 2011.

	Maternelles	Primaires	Adultes
Betteraves cuites	5 kg	7 kg	10,5 kg
Viande à pot au feu	6 kg	7 kg	11 kg
Choux verts	3 kg	3 kg	5 kg
Navets	3 kg	3 kg	5 kg
Carottes	4 kg	5 kg	5 kg
Pommes de terre	10 kg	15 kg	17,5 kg
Crottin 120g	25 unités	25 unités	33 unités
Cookies au miel	200 unités	200 unités	200 unités
Coût de la portion	2,67€	2,82€	3,44€

Les tarifs sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent varier selon les saisons et les quantités commandées.

Ils vous livrent les produits ce mois-ci :

- ♦ Les Betteraves cuites, les Carottes, les Choux et les Navets: Laurent Sabourault de Vendœuvres
- ♦ L'Huile de Colza: François Moreau de Diors
- ♦ La Viande de bœuf: Le Magasin au goût fermier, Le Poinçonnet
- ♦ Les Pommes de terres en filet: Laurent Deffontaines à Arthon
- ♦ Le Crottin de chèvre: Odile Floury, EARL La Grand'Lande à Gargillesse
- ♦ Les Cookies au miel : Pierre Baudat, SARL Baudat à Saint-Lactencin



Printemps, 1^{er} menu

Vendredi 15 mai 2015

Au menu

Radis et faisselle de chèvre

Sauté de porc

Poêlée de pommes de terre persillées

Fraises à la menthe

Préparation des fraises parfumées à la menthe

Hachez assez finement des feuilles de menthe. Arrosez-les de jus de citron pressé.

Ecrasez (au pilon ou à la cuillère) la menthe dans le jus de citron, puis mettez au frais. Lavez les fraises et découpez les en 2 ou 4, puis mettez les dans le saladier avec du sirop de sucre de canne et mélangez .

Versez le sirop de citron à la menthe sur les fraises et servez !

Ingrédients

Les quantités indiquées correspondent à 100 portions, selon les recommandations GEMRCN mises à jour en 2011.

	Maternelles	Primaires	Adultes
Radis	9 bottes	14 bottes	26 bottes
Faisselle de chèvre	6kg	8kg	10 kg
Porc	5 kg	7 kg	11 kg
Pommes de terre	10 kg	15 kg	17,5 kg
Fraises	8 kg	8 kg	10 kg
Coût de la portion	1,69€	2,22€	3,07€

Les tarifs sont donnés à titre indicatif . Ils peuvent varier selon les saisons et les quantités commandées .

Ils vous livrent les produits ce mois-ci :

- ♦ Les Radis (Agriculture Biologique): Les Potagers de Velles
- ♦ La Faisselle de Chèvre (Agriculture Biologique): Luce Bodin, Ferme de Beaumont à Déols
- ♦ Le Porc : La Boucherie de la Ferme à Châteauroux
- ♦ Les Pommes de terres (cruées sous vide, en cubes 14x14): Bertrand Vivier, EARL du Portail à Montgivray
- ♦ Les Fraises: Thomas Barreau, EARL Barreau Lambert à Luant



Printemps, 2nd menu

Vendredi 5 juin 2015

Au menu

*Pâté de campagne
Pomme de terre
gratinée à la buche
blonde
Salade verte
Brochettes de fraises
au miel*

Note

Les fraises que nous vous proposons sont produites localement, sous serres non chauffées.

Servies de saison, elles sont disponibles de mai à septembre.

Ingrédients

Les quantités indiquées correspondent à 100 portions, selon les recommandations GEMRCN mises à jour en 2011.

	Maternelles	Primaires	Adultes
Pâté de campagne	3 kg	3 kg	4 kg
Pommes de terre	12 kg	17 kg	22,5 kg
Buche blonde	14 unités	14 unités	18 unités
Salade verte	9 unités	11 unités	19 unités
Fraises	10 kg	10 kg	12,5 kg
Miel	0,5 kg	0,5 kg	1 kg
Coût de la portion	1,66€	1,72€	2,30€

Les tarifs sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent varier selon les saisons et les quantités commandées.

Ils vous livrent les produits ce mois-ci :

- ◆ Le Pâté de campagne: Philippe Moreau de Saint-Lactencin
- ◆ Les Pommes de terres (en filet): Laurent Deffontaines à Arthon
- ◆ La Buche Blonde : Odile Flourey, EARL La Grand'Lande à Gargillesse
- ◆ La Salade (Batavia): Laurent Sabourault de Vendœuvres
- ◆ Les Fraises: Thomas Barreau, EARL Barreau Lambert à Luant
- ◆ Le Miel : Pierre Baudat, SARL Baudat à Saint-Lactencin



Eté,

1^{er} menu

Vendredi 26 juin 2015

Au menu

Concombre vinaigrette
Chipolatas de volaille
Poêlée de courgettes et
pommes de terre
Valençay
Salade de fraises

Le saviez-vous ?

Le concombre est un légume originaire d'Inde, composé à 96% d'eau et source de vitamine C. Il se consomme cru mais peut aussi être cuit, telle la courgette, en poêlée (mais cette pratique est moins répandue).

Ingrédients

Les quantités indiquées correspondent à 100 portions, selon les recommandations GEMRCN mises à jour en 2011.

	Maternelles	Primaires	Adultes
Concombre	15 unités	20 unités	24 unités
Huile de colza	selon appréciation		
Chipolata 50g	100 unités	200 unités	300 unités
Courgettes	8 kg	10 kg	15 kg
Pommes de terre	10 kg	15 kg	17,5 kg
Valençay 220g	14 unités	14 unités	18 unités
Fraises	10 kg	10 kg	12,5 kg
Coût portion	2,03€	2,78€	3,81€

Les tarifs sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent varier selon les saisons et les quantités commandées.

Ils vous livrent les produits ce mois-ci :

- ♦ Les Concombres et les Courgettes (Agriculture Biologique) :
Les Potagers de Velles
- ♦ L'Huile de Colza : François Moreau de Diors
- ♦ Les Chipolatas de Volaille : Philippe Moreau de Saint-Lactencin (les quantités indiquées correspondent à 1, 2 et 3 saucisses d'un grammage de 50g l'unité)
- ♦ Les Pommes de terres (cru sous vide, en lamelles 4 mm) : Bertrand Vivier, EARL du Portail à Montgivray
- ♦ Le Valençay AOP (Agriculture Biologique) : Luce Bodin, à Déols
- ♦ Les Fraises : Thomas Barreau, EARL Barreau Lambert à Luant



Eté, 2nd menu

Vendredi 25 septembre 2015

Au menu

Salade de tomates

Steak

Pommes de terre
vapeur

Tranche de melon et
dés de chèvre

Note

Les fruits et légumes sont indispensables à l'enfant qui grandit. Pauvres en calories, riches en vitamines, ils doivent être présents dans tout repas équilibré.

Ingrédients

Les quantités indiquées correspondent à 100 portions, selon les recommandations GEMRCN mises à jour en 2011.

	Maternelles	Primaires	Adultes
Tomates	6 kg	8 kg	11 kg
Huile de colza	selon appréciation		
Steak	4 kg	6 kg	9 kg
Pommes de terre	12 kg	17 kg	22,5 kg
Valençay 220g	14 unités	14 unités	18 unités
Melon	18 unités	18 unités	22 unités
Coût de la portion	1,66€	2,05€	2,85€

Les tarifs sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent varier selon les saisons et les quantités commandées.

Ils vous livrent les produits ce mois-ci :

- ◆ Les Tomates et le Melon : Laurent Sabourault de Vendœuvres
- ◆ L'Huile de Colza : François Moreau de Diors
- ◆ La Viande de bœuf : Le Magasin au goût fermier, Le Poinçonnet
- ◆ Les Pommes de terres : Laurent Deffontaines à Arthon
- ◆ Le Valençay AOP (Agriculture Biologique) : Luce Bodin, Ferme de Beaumont à Déols



Pour passer commande

Merci d'anticiper vos commandes, idéalement trois semaines à l'avance !

Afin de vous simplifier la commande, un interlocuteur unique la relaiera à l'ensemble des producteurs et organisera la livraison des produits:

02 54 26 09 29 / 06 22 37 07 50

(merci de nous laisser un message avec vos coordonnées, en précisant vos horaires de livraison et le mode de règlement)

Les factures correspondant aux différents produits vous seront transmises directement par les producteurs.

Important pour les cuisines centrales :

A l'heure actuelle, seuls 2 producteurs disposent de l'agrément européen pour les produits d'origine animale. Nous vous proposerons le cas échéant un changement de producteur, ou bien la livraison d'un menu partiel (sans viande et / ou sans fromage).

Si vous préférez prendre contact avec les producteurs concernés, indiqués pour chaque menu, vous pouvez aussi les appeler directement:

- ◆ Thomas Barreau, Luant : 02 54 36 14 97 / 06 60 25 62 94
- ◆ Luce Bodin, Déols : 02 54 22 55 82
- ◆ La Boucherie de la Ferme, Châteauroux : 02 54 27 06 33
- ◆ Laurent Deffontaines, Arthon : 02 54 36 35 12 / 06 72 51 75 85
- ◆ Odile Floury, Gargillesse : 02 54 47 86 65
- ◆ Le Magasin Au Goût Fermier, Le Poinçonnet : 02 54 07 26 51
- ◆ François Moreau, Diors : 02 54 26 09 29 / 06 22 37 07 50
- ◆ Philippe Moreau, Saint-Lactencin : 02 54 02 16 96 / 06 16 92 49 02
- ◆ Véronique Patraud, Saint-Plantaire: 02 54 47 30 21 / 06 83 49 07 08
- ◆ Potagers Solacceuil, Velles : 02 54 36 21 72 / 06 17 41 50 94
- ◆ Laurent Sabourault, Vendœuvres : 02 54 38 36 82 / 06 74 78 00 80
- ◆ Bertrand Vivier, Montgivray : 02 54 48 16 44
- ◆ Pierre Baudat, Saint-Lactencin : 02 54 84 14 07

Les coordonnées complètes sont disponibles dans le catalogue joint à ce livret de menus.



Association des producteurs fermiers
du Pays Castelroussin

APFPC - C/o GD CIVAM
Maison de l'Agriculture
24, rue des Ingrains
36 022 Châteauroux cedex
02 54 61 62 58
gdcivam36@gmail.com

Ce livret a été réalisé en collaboration avec
le Groupement Départemental des CIVAM de l'Indre
et le Comité Départemental d'Éducation pour la santé de l'Indre



Avec le soutien de la Région Centre, du Conseil général de l'Indre, de la
DRAFF et du Pays Castelroussin

