

# armor cuisine

la cuisine traditionnelle au service de la collectivité

## MENUS CONCHES SUR GONDOIRE

Semaine du 02 au 06 janvier 2023

LUNDI - CENTRES DE LOISIRS	MARDI - ECOLES
	 <p><i>Salade de concombres</i></p> <p><i>Tomate farcie veggi 's</i></p> <p><i>Riz</i></p> <p><i>Kiri</i></p> <p><i>Mousse au chocolat</i></p>
MERCREDI	JEUDI
	
VENDREDI	<u>INFORMATIONS</u>
<p><i>Saucisson à l'ail*</i></p> <p><i>Filet de colin meunière</i></p> <p><i>Beignets de chou-fleur</i></p> <p><i>Petit suisse aux fruits</i> </p> <p><i>Pomme</i> </p> <p><i>Substitution</i></p> <p><i>S/P : Terrine de légumes</i></p>	<p><i>S/P : Sans porc</i></p> <p>➤ <i>L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises, et sauces d'accompagnement sont faites maison</i></p> <p>➤ <i>* Plat contenant du porc</i></p>



## MENUS CONCHES SUR GONDOIRE

### Semaine du 09 au 13 janvier 2023

LUNDI	MARDI
<p>Riz antibois</p> <p>Bœuf aux carottes (pc)  </p> <p>Yaourt aux fruits mixés </p> <p>Compote de pommes </p>	<p>Chou blanc aux raisins secs</p> <p>Sauté de dinde vallée d'Auge</p> <p>Penne</p> <p>Emmental </p> <p>Eclair au chocolat</p>
MERCREDI	JEUDI
	 <p><u>Betteraves mimosa</u></p> <p><u>Chili végétarien (pc)</u> </p> <p><u>Tartare nature</u></p> <p><u>Chocolat Liégeois</u> </p>
VENDREDI	INFORMATIONS
<p>Crêpe au fromage</p> <p>Filet de merlu citronné </p> <p>Trio de légumes </p> <p>Fromage frais aromatisé</p> <p>Quatre-quarts</p>	<p><u>Chili végétarien</u> : égrainé de blé, tomates, poivrons, haricots rouges, riz</p> <p><u>Riz antibois</u> : riz, concombres, maïs, thon, poivrons, olives, vinaigrette</p> <p>S/P : Sans porc</p> <p>➤ <i>L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises, et sauces d'accompagnement sont faites maison</i></p> <p>➤ <i>* Plat contenant du porc</i></p>



## MENUS CONCHES SUR GONDOIRE

Semaine du 16 au 20 janvier 2023

LUNDI	MARDI
<p><i>Pomelos en quartiers</i></p> <p><i>Saucisses de Strasbourg*</i></p> <p><i>Coquillettes</i></p> <p><i>Fromage blanc nature</i> </p> <p><i>Orange</i> </p> <p><i>Substitution</i> <i>S/P : Rôti de dindonneau</i></p>	<p><i>Carottes râpées</i></p> <p><i>Filet de lieu sauce citron vert</i> </p> <p><i>Epinards à la crème</i></p> <p><i>Brie</i> </p> <p><i>Gâteau basque</i></p>
MERCREDI	JEUDI
	<p><i>Rosini au thon</i></p> <p><i>Choucroute* (pc)</i> </p> <p><i>Fromage frais aux fruits</i> </p> <p><i>Banane</i></p> <p><i>Substitution</i> <i>S/P : Choucroute sans porc</i></p>
VENREDI	INFORMATIONS
 <p><i>Tarte aux trois fromages</i></p> <p><i>Parmentier aux légumes</i></p> <p><i>Compote de pommes fraises</i> </p>	<p><u>Rosini au thon</u> : Rosini(pâtes), thon, tomates</p> <p><u>Parmentier de légumes</u> : purée de pommes de terre, Egrené végétal, carottes, haricots rouges, fèves, poivrons, oignons, tomates</p> <p><i>S/P</i> : Sans porc</p> <p>➤ <i>L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises, et sauces d'accompagnement sont faites maison</i></p> <p>➤ <i>* Plat contenant du porc</i></p>



## MENUS CONCHES SUR GONDOIRE Semaine du 23 au 27 janvier 2023

LUNDI	MARDI
 <p><i>Nouvel An Chinois</i></p> <p><i>Nems au poulet</i></p> <p><i>Grignotines de porc sauce asiatique*</i></p> <p><i>Riz cantonais</i></p> <p><i>Pâtisserie</i></p> <p><i>Substitution</i> <i>S/P : Sauté de poulet sauce asiatique</i></p>	<p><i>Salade d'endives  et poires</i></p> <p><i>Burger de veau</i></p> <p><i>Chou-fleur et brocolis</i></p> <p><i>Fromage ovale</i></p> <p><i>Clémentine</i></p>
MERCREDI	JEUDI
	 <p><i>Salade coleslaw </i></p> <p><i>Couscous « Boulettes » végétal (pc) </i></p> <p><i>Samos</i></p> <p><i>Mousse au chocolat</i></p>
VENDREDI	INFORMATIONS
<p><i>Œuf dur  mayonnaise</i></p> <p><i>Nuggets de poissons</i></p> <p><i>Haricots verts </i></p> <p><i>Cantal </i></p> <p><i>Kiwi </i></p>	<p><i>Couscous végétal</i> : boulettes de sarrasin, semoule, légumes couscous.</p> <p><i>Sauce asiatique</i> : Vinaigre de vin blanc, miel, sauce soja, graine de sésame, gingembre, ail, oignons, poivre</p> <p><i>S/P</i> : Sans porc</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <i>L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises, et sauces d'accompagnement sont faites maison</i></li> <li>➤ <i>* Plat contenant du porc</i></li> </ul>



## MENUS CONCHES SUR GONDOIRE

Semaine du 30 janvier au 03 février 2023

LUNDI	MARDI
<p> Endives vinaigrette au miel</p> <p>Sauté de dinde aux olives</p> <p>Semoule</p> <p>Yaourt aromatisé </p> <p>Pomme </p>	<p>Tomates et maïs</p> <p>Roti de veau au thym</p> <p>Ebly aux champignons</p> <p>Six de Savoie</p> <p>Cocktail de fruits au sirop</p>
MERCREDI	JEUDI
	<p>Crêpe jambon fromage *</p> <p>Boulettes de bœuf aux oignons </p> <p> Haricots verts </p> <p> Crêpe au chocolat</p> <p>Substitution </p> <p>S/P : Crêpe au fromage</p>
VENDREDI	INFORMATIONS
 <p>Pizza au fromage</p> <p>Œufs durs  et épinards</p> <p>Sauce mornay (pc) </p> <p>Petit suisse aux fruits </p> <p>Gâteau au chocolat </p>	<p>S/P : Sans porc</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises, et sauces d'accompagnement sont faites maison</li> <li>➤ * Plat contenant du porc</li> </ul>

