
























MENUS Ecoles COUPVRAY Semaine du 07 au 11 mars 2022

| LUNDI | MARDI |
|---|--|
| <p>Tarte au fromage</p> <p>Aiguillettes de poulet sauce tomate</p> <p>Farfalle</p> <p>Petit suisse sucré </p> <p>Pomme </p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Pané tomate mozzarella</p> | <p>Velouté de légumes </p> <p>Saucisse fumée*</p> <p>Lentilles au jus</p> <p>Faisselle </p> <p>Madeleine pépites au chocolat </p> <p><u>Plats de substitution</u> S/P : Saucisse de volaille S/V : Poisson pané</p> |
| MERCREDI | JEUDI |
| <p>Macédoine de légumes et pointes d'asperges</p> <p>Sauté de bœuf à l'ancienne </p> <p>Cocos à la tomate</p> <p>Vache qui rit </p> <p>Far breton aux pruneaux </p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Boulettes de sarrasin</p> |  <p>Œuf dur mayonnaise </p> <p>Galette de riz, lentilles colombo Haricots verts persillés</p> <p>Petit suisse nature </p> <p>Eclair au chocolat</p> |
| VENREDI | INFORMATIONS |
| <p>Salade de radis aux abricots secs</p> <p>Brandade de poissons (pc) </p> <p>Camembert</p> <p>Clémentine</p> | <p><u>Sauté de bœuf à l'ancienne</u> : oignons, champignons, carottes,</p> <p><u>Galette de riz, lentilles colombo</u> : riz, blé, lentilles, épice colombo, blanc d'œuf, basilic, persil, cardamome.</p> <p>S/P : Sans porc S/V : Sans viande</p> <p>➤ L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises, et sauces d'accompagnement sont faites maison</p> <p>➤ * Plat contenant du porc</p> <p>➤</p> |



MENUS Ecoles COUPVRAY

Semaine du 14 au 18 mars 2022

| LUNDI | MARDI |
|---|--|
| <p>Salade paysanne</p> <p>Nuggets de poulet</p> <p>Haricots beurre </p> <p>Fromage blanc sucré </p> <p>Orange</p> <p><u>Plats de substitution</u> S/V : Nuggets de poisson</p> | <p>Salade verte</p> <p>Spaghetti façon napolitaine (pc)  </p> <p>Buchette</p> <p>Fondant au chocolat</p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Spaghetti au thon à la bolognaise</p> |
| MERCREDI | JEUDI |
| <p>Taboulé</p> <p>Poulet rôti</p> <p>Poêlée de légumes</p> <p>Pont l'évêque </p> <p>Crème brûlée </p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Filet de poisson aux olives</p> | <p>Pomelos en quartiers</p> <p>Filet de lieu frais (Pêche Française) </p> <p>Pommes röstis</p> <p>Kiri </p> <p>Kiwi</p> |
| VENDREDI | INFORMATIONS |
|  <p>Concombre bulgare </p> <p>Falafels à la sauce tomate</p> <p>Boulghour</p> <p>Compote de pommes et biscuit </p> | <p><u>Spaghetti façon napolitaine</u> : pâtes, viande hachée, compotée de tomate, fromage râpé.</p> <p><u>Salade paysanne</u> : pommes de terre, oignons, cornichons, tomates, poivrons, persil</p> <p><u>Concombre bulgare</u> : crème fraîche, fromage blanc, persil, sel, poivre.</p> <p><u>S/P</u> : Sans porc <u>S/V</u> : Sans viande</p> <p>➤ <u>L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises, et sauces d'accompagnement sont faites maison</u></p> <p>➤ * Plat contenant du porc</p> |



MENUS Ecoles COUPVRAY Semaine du 21 au 25 mars 2022

| LUNDI | MARDI |
|---|---|
| <p><i>Betteraves vinaigrette au miel</i></p> <p><i>Yassa de poulet (pc) </i></p> <p><i>Yaourt aux fruits mixés</i></p> <p><i>Poire</i></p> <p><u>Plat de substitution</u> <i>S/V : Poisson en sauce</i></p> | <p><i>Potage aux 7 légumes</i></p> <p><i>Colin gratiné au fromage </i></p> <p><i>Macaroni</i></p> <p><i>Coulommiers</i></p> <p><i>Pomme </i></p> |
| MERCREDI | JEUDI |
| <p><i>Feuilleté hot-dog*</i></p> <p><i>Paupiette de lapin</i></p> <p><i>Chou-fleur </i></p> <p><i>Tomme noire</i></p> <p><i>Quatre-quarts </i></p> <p><u>Plats de substitution</u> <i>S/P : Friand au fromage S/V : Macédoine mayonnaise Pané fromager</i></p> | <p>MENU DU PRINTEMPS</p>  |
| VENREDI | INFORMATIONS |
|  <p><i>Salade verte</i></p> <p><i>Parmentier de légumes (pc) </i></p> <p><i>Fromage blanc sucré </i></p> <p><i>Cookies vanille et aux pépites de chocolat</i></p> | <p><u>Yassa de poulet</u> : pilons de poulet, tomates, gingembre, citron confit / riz</p> <p><u>Parmentier de légumes</u> : purée de pommes de terre, carottes, haricots rouges, fèves, poivrons, oignons, tomates</p> <p><u>S/P</u> : Sans porc <u>S/V</u> : Sans viande</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 Ecoles COUPVRAY

Semaine du 28 mars au 01 avril 2022

| LUNDI | MARDI |
|---|---|
| <p>Salade de maïs au thon</p> <p>Tajine d'agneau aux fruits secs (pc) ☞</p> <p>Gouda</p> <p>Orange </p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Tajine de poisson (pc)</p> | <p>Tomates mozzarella</p> <p>Lasagnes à la provençale (pc) </p> <p>Mousse au chocolat</p> |
| MERCREDI | JEUDI |
| <p>Salade piémontaise</p> <p>Saucisse de Toulouse*</p> <p>Petit-pois </p> <p>Yaourt à la vanille</p> <p>Crème dessert popcorn ☞</p> <p><u>Plats de substitution</u> S/P : Saucisse de volaille S/V : Salade de pommes de terre Boulettes de sarrasin</p> | <p>Pâté en croûte de volaille</p> <p>Boulettes de bœuf sauce bourgeoise </p> <p>Haricots plats à la tomate fraîche</p> <p>Mimolette</p> <p>Pomme</p> <p><u>Plats de substitution</u> S/V : Salade fantaisie Omelette</p> |
| VENDREDI | INFORMATIONS |
| <p>Potage (velouté de champignons)</p> <p>Filet de poisson pané </p> <p>Duo de carottes </p> <p>Croc-lait</p> <p>Banane </p> | <p><u>Tajine d'agneau aux fruits secs</u> : agneau, pruneaux, abricots secs, amandes / semoule</p> <p><u>Salade piémontaise</u> : pdt, tomates, jambon de dinde, poivrons, olives, cornichons, œuf dur, mayonnaise</p> <p><u>Lasagnes à la provençale</u> : pâtes fraîches, tomates, courgettes, poivrons, crème, emmental</p> <p><u>S/P</u> : Sans porc <u>S/V</u> : Sans viande</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises, et sauces d'accompagnement sont faites maison ➤ * Plat contenant du porc ➤ |



MENUS Ecoles COUPVRAY Semaine du 04 au 08 avril 2022

| LUNDI | MARDI |
|--|---|
| <p><i>Radis beurre</i> </p> <p><i>Rôti de porc</i> *</p> <p><i>Petit-pois à la française</i> </p> <p><i>Livarot</i> </p> <p><i>Kiwi</i></p> <p><u>Plats de substitution</u> S/P : Rôti de dinde S/V : Poisson pané</p> | <p><i>Salade fermière</i></p> <p><i>Filet de poulet rôti</i></p> <p><i>Jardinière de légumes</i></p> <p><i>Fromage frais sucré</i></p> <p><i>Mousse au chocolat</i></p> <p><u>Plats de substitution</u> S/V : Salade de pommes de terre Nuggets de fromage</p> |
| MERCREDI | JEUDI |
| <p><i>Pomelos</i></p> <p><i>Omelette</i> </p> <p><i>Gratin dauphinois</i></p> <p><i>Saint-Nectaire</i></p> <p><i>Salade de fruits frais</i></p> |  <p><i>Salade Marco Polo</i> </p> <p><i>Pizza au fromage et salade verte (pc)</i></p> <p><i>Yaourt aromatisé</i> </p> <p><i>Pâtisserie</i></p> |
| VENDREDI | INFORMATIONS |
| <p><i>Roulade de volaille aux olives</i></p> <p><i>Beignets de calamars et sauce tartare</i></p> <p><i>Fusilli</i></p> <p><i>Petit moulé</i></p> <p><i>Liégeois vanille</i> </p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Friand au fromage</p> | <p><u>Salade Marco Polo</u> : pâtes, surimi, poivrons, mayonnaise, persil</p> <p><u>Salade fermière</u> : pdt, tomate, jambon de dinde, maïs.</p> <p>S/P : Sans porc S/V : Sans viande</p> <p>➤ <i>L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises, et sauces d'accompagnement sont faites maison</i></p> <p>➤ * Plat contenant du porc</p> |



MENUS Ecoles COUPVRAY Semaine du 11 au 15 avril 2022

| LUNDI | MARDI |
|--|---|
|  <p>Œuf dur  (mayonnaise en dosette)</p> <p>Curry de lentilles (pc) </p> <p>Yaourt au sucre de canne</p> <p>Poire</p> | <p>Salade coleslaw </p> <p>Escalope de poulet pané</p> <p>Gratin de courgettes </p> <p>Chanteneige</p> <p>Kiwi</p> <p><u>Plats de substitution</u> S/V : Poisson pané</p> |
| MERCREDI | JEUDI |
| <p>Salade brésilienne</p> <p>Steak haché  sauce cheddar </p> <p>Semoule garnie aux légumes</p> <p>Cantal </p> <p>Mousse à la framboise </p> <p><u>Plats de substitution</u> S/V : Omelette</p> |  |
| VENDREDI | INFORMATIONS |
| <p>Carottes râpées</p> <p>Aiguillettes de saumon meunière </p> <p>Penne</p> <p>Yaourt aromatisé</p> <p>Banane </p> | <p><u>Curry de lentilles</u> : lentilles, carottes, petit-pois, pommes de terre, oignons, persil.</p> <p><u>S/P</u> : Sans porc <u>S/V</u> : Sans viande</p> <p>➤ <u>L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises, et sauces d'accompagnement sont faites maison</u></p> <p>➤ * Plat contenant du porc</p> |



MENUS Ecoles COUPVRAY Semaine du 18 au 22 avril 2022

| LUNDI | MARDI |
|--|--|
|  | <p>Macédoine vinaigrette</p> <p>Cordon bleu</p> <p>Haricots verts persillés </p> <p>St Môret</p> <p>Compote de pommes </p> |
| MERCREDI | JEUDI |
| <p>Potage andalou (gaspacho)</p> <p>Sauté de bœuf sauce charcutière </p> <p>Farfalle </p> <p>Vache Picon</p> <p>Clafoutis aux poires et amandes</p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Falafels en sauce</p> |  <p>Betteraves  vinaigrette</p> <p>Parmentier de légumes (pc)</p> <p>Yaourt sucré </p> <p>Pomme </p> |
| VENDREDI | INFORMATIONS |
| <p>Salade du Puy</p> <p>Filet de lieu « frais » sauce citron vert </p> <p>Pommes röstis</p> <p>Camembert </p> <p>Gâteau marbré au chocolat</p> | <p><u>Salade du Puy</u> : lentilles, carottes, maïs, échalote</p> <p><u>Parmentier de légumes</u> : purée de pommes de terre, carottes, haricots rouges, fèves, poivrons, oignons, tomates</p> <p><u>S/P</u> : Sans porc <u>S/V</u> : Sans viande</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> <p>➤</p> |



MENUS Centres de loisirs COUPVRAY

Semaine du 25 au 29 avril 2022

| LUNDI | MARDI |
|---|--|
| <p><i>Tarte provençale</i></p> <p><i>Grignotine de porc au miel *</i></p> <p><i>Macaroni</i></p> <p><i>Yaourt aromatisé</i></p> <p><i>Pomme </i></p> <p><u>Plats de substitution</u></p> <p><i>S/P</i> : Sauté de volaille au miel <i>S/V</i> : Bâtonnets mozzarella</p> | <p><i>Pastèque </i></p> <p><i>Nuggets de poisson</i></p> <p><i>Pommes rissolées</i></p> <p><i>Tartare nature</i></p> <p><i>Pâtisserie</i></p> |
| MERCREDI | JEUDI |
|  <p><i>Salade surprise</i></p> <p><i>Tortilla au fromage </i></p> <p><i>Salade verte </i></p> <p><i>Tarte au flan </i></p> | <p><i>Saucisson sec*</i></p> <p><i>Aiguillettes de poulet à l'ananas</i></p> <p><i>Poêlée forestière</i></p> <p><i>Buchette </i></p> <p><i>Kiwi</i></p> <p><u>Plats de substitution</u></p> <p><i>S/P</i> : Pâté en croûte de volaille <i>S/V</i> : Terrine de saumon Boulette de sarrasin à la tomate</p> |
| VENDREDI | « INFORMATIONS » |
| <p><i>Salade landaise</i></p> <p><i>Blanquette de veau / riz (pc) </i></p> <p><i>Chantailou nature</i></p> <p><i>Crème dessert chocolat</i></p> <p><u>Plat de substitution</u></p> <p><i>S/V</i> : Salade verte maïs et œuf dur Blanquette de poisson/riz</p> | <p><u>Tortilla au fromage</u> : pdt, oignons, fromage</p> <p><u>Salade landaise</u> : salade verte, pommes sautées, gésiers, œuf dur, maïs</p> <p><u>Salade surprise</u> : pâtes, tomates, maïs, mayonnaise</p> <p><i>S/P</i> : Sans porc <i>S/V</i> : Sans viande</p> <ul style="list-style-type: none">➤ <i>L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises, et sauces d'accompagnement sont faites maison</i>➤ <i>* Plat contenant du porc</i>➤ |

