





armor cuisine

la cuisine traditionnelle au service de la collectivité











MENUS Ecoles COUPVRAY Semaine du 01 et 02 septembre 2022

<p>LUNDI Centre de loisirs</p>	<p>MARDI Centre de loisirs</p>
<p>MERCREDI Centre de loisirs</p>	<p>JEUDI</p>  <p><i>Plat de substitution</i> S/V: Spaghettis au thon (pc)</p>
<p> VENDREDI</p> <p>Carottes râpées  </p> <p>Escalope de poulet grillée</p> <p>Petits pois</p> <p>Fromage frais aux fruits </p> <p>Prune</p> <p><i>Substitution</i> S/V: Poisson pané</p>	<p>« INFORMATIONS »</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 05 au 09 septembre 2022

LUNDI	MARDI
<p>Pastèque</p> <p>Bœuf bourguignon (pc)  </p> <p>Yaourt sucré </p> <p>Compote pommes fraises</p> <p><u>Substitution</u> S/V : Poisson en sauce</p>	 <p>Concombre bulgare </p> <p>Raviolini ricotta et épinards (pc)</p> <p>Tarte aux pommes </p>
MERCREDI	JEUDI
<p>Melon</p> <p>Pizza Tex Mex et salade composée (pc)</p> <p>Saint-Nectaire </p> <p>Kiwi</p> <p><u>Substitution</u> S/V : Pizza au fromage</p>	<p>Œuf dur  mayonnaise</p> <p>Poule au pot (pc) </p> <p>Fromage blanc nature</p> <p>Poire</p> <p><u>Substitution</u> S/V : Poisson meunière</p>
VENDREDI	« INFORMATIONS »
<p>Terrine de légumes mayonnaise</p> <p>Poisson pané</p> <p>Haricots beurre</p> <p>Yaourt à la grecque nature </p> <p>Gâteau marbré</p>	<p><u>Salade composée</u> : tomates, salade verte, maïs, oignons rouges</p> <p><u>Pizza Tex Mex</u> : viande hachée sauce barbecue, poivrons, fromage</p> <p>➤ L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises, et sauces d'accompagnement sont faites maison</p> <p>➤ * Plat contenant du porc</p>



MENUS Ecoles COUPVRAY










Semaine du 12 au 16 septembre 2022

LUNDI	MARDI
<p>Melon </p> <p>Sauté de poulet</p> <p>Beignets de brocolis</p> <p>Tomme blanche</p> <p>Nectarine</p> <p><u>Substitution</u></p> <p><i>S/V</i> : Pané de blé fromage épinards</p>	<p>Salade Athéna </p> <p>Steak haché de thon sauce provençale</p> <p>Semoule au beurre</p> <p>Babybel</p> <p>Cookies vanille</p>
MERCREDI	JEUDI
<p>Saucisson à l'ail *</p> <p>Merguez grillées</p> <p>Carottes au jus </p> <p>Kiri </p> <p>Quatre-quarts </p> <p><u>Substitution</u></p> <p><i>S/P</i> : Mortadelle pure volaille</p> <p><i>S/V</i> : Tarte aux poireaux / Poisson pané</p>	<p>Crêpe au fromage</p> <p>Rôti de veau aux herbes de Provence</p> <p>Haricots verts</p> <p>Tartare nature</p> <p>Banane</p> <p><u>Substitution</u></p> <p><i>S/V</i> : Boulettes de sarrasin</p>
VENDREDI	« INFORMATIONS »
 <p><i>Carottes râpées</i> </p> <p><i>Tomates farcies veggi's</i></p> <p><i>Riz</i></p> <p><i>Yaourt sucré</i></p> <p><i>Pomme</i> </p>	<p><i>Salade Athéna</i> : concombres, tomates, féta, olives noires, oignons rouges.</p> <p><i>Tomates farcies veggi's</i> : tomates, oignons, carottes, épices</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 19 au 23 septembre 2022

LUNDI	MARDI
<p>Tomates vinaigrette</p> <p>Petit salé aux lentilles* (pc) </p> <p>Faisselle</p> <p>Mousse au chocolat</p> <p><u>Substitution</u> S/P : Rôti de dinde aux lentilles S/V : Omelette</p>	<p>Tarte aux fromages</p> <p>Sauté de bœuf sauce niçoise </p> <p>Gratin d'épinards</p> <p>Gouda</p> <p>Banane </p> <p><u>Substitution</u> S/V : Marmite de poisson</p>
MERCREDI	JEUDI
<p>Sardines beurre</p> <p>Roti de porc aux herbes* </p> <p>Pommes sautées</p> <p>Cantal </p> <p>Panacotta aux fruits rouges </p> <p><u>Substitution</u> S/P : Rôti de dinde aux herbes / S/V : Falafel en sauce</p>	 <p>Œuf dur  mayonnaise</p> <p>Aiguillettes de blé au fromage</p> <p>Haricots verts persillés</p> <p>Gâteau au yaourt</p>
VENDREDI	« INFORMATIONS »
<p>Salade coleslaw  </p> <p>Brandade de poissons (pc)  </p> <p>Petit suisse nature </p> <p>Pomme </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 26 au 30 septembre 2022

LUNDI	MARDI
 <p>Melon charentais Omelette basquaise Pommes rissolées Croc lait  Tarte au chocolat</p>	<p>Salade de riz à la niçoise </p> <p>Chipolatas aux herbes * </p> <p>Gratin de courgettes</p> <p><u>Saint-Bricet</u></p> <p>Poire </p> <p><u>Substitution</u> S/P : Saucisses de volaille S/V : Pané fromage épinards</p>
MERCREDI	JEUDI
<p>Tarte tomate chèvre</p> <p>Pépites de lieu aux céréales</p> <p>Haricots verts </p> <p>Vache qui rit</p> <p>Marbré au chocolat </p>	<p>Concombres  vinaigrette</p> <p>Sauté de poulet au curry</p> <p>Riz</p> <p>Fromage frais sucré</p> <p>Ananas au sirop</p> <p><u>Substitution</u> S/V : Poisson en sauce</p>
VENDREDI	« INFORMATIONS »
<p>Salade parisienne</p> <p>Feuilleté de poisson beurre blanc</p> <p>Carottes au jus</p> <p>Yaourt aromatisé </p> <p>Pomme </p> <p><u>Substitution</u> S/V : Salade de pommes de terre</p>	<p><u>Salade de riz à la niçoise</u> : riz, poivrons, tomates, olives, oignons</p> <p><u>Salade parisienne</u> : pdt, tomates, jambon de dinde, mais.</p> <p>➤ <u>L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises, et sauces d'accompagnement sont faites maison</u></p> <p>➤ * <u>Plat contenant du porc</u></p>



MENUS Ecoles COUPVRAY

Semaine du 03 au 07 octobre 2022

LUNDI	MARDI
<p>Tomates  vinaigrette à l'échalotte</p> <p>Escalope de poulet à la crème</p> <p>Spaghetti</p> <p>Carré de l'Est</p> <p>Kiwi</p> <p><u>Substitution</u></p> <p>S/V : Poisson poêlé au beurre</p>	<p>Betteraves vinaigrette</p> <p>Quenelles de brochet sauce Nantua</p> <p>Riz</p> <p>Yaourt sucré </p> <p>Crème dessert chocolat</p>
MERCREDI	JEUDI
<p>Mortadelle *</p> <p>Boulettes de bœuf à l'orientale </p> <p>Semoule</p> <p>Rouy</p> <p>Clafoutis tutti frutti </p> <p><u>Substitution</u></p> <p>S/P : Mortadelle de volaille</p> <p>S/V : Terrine de poissons / Boulettes de sarrasin</p>	 <p>Taboulé </p> <p>Nuggets de fromage</p> <p>Haricots verts </p> <p>Banane</p>
VENDREDI	« INFORMATIONS »
<p>Quiche lorraine*</p> <p>Steak haché de bœuf </p> <p>Petits pois </p> <p>Petit suisse aux fruits</p> <p>Compote de pommes</p> <p><u>Substitution</u></p> <p>S/P : Tarte au fromage</p> <p>S/V : Tarte au fromage / Marmite de poisson</p>	<p>➤ L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises, et sauces d'accompagnement sont faites maison</p> <p>➤ * Plat contenant du porc</p>









armor cuisine

la cuisine traditionnelle au service de la collectivité



MENUS Ecoles COUPVRAY

Semaine du 17 au 21 octobre 2022

LUNDI	MARDI
<p><i>Pommes de terre au thon</i></p> <p><i>Cordon bleu</i></p> <p><i>Julienne de légumes</i></p> <p><i>Tomme blanche</i></p> <p><i>Crème dessert caramel</i></p> <p><u>Substitution</u> S/V : Poisson pané</p>	 <p><i>Carottes râpées</i> </p> <p><i>Lasagnes végétariennes (pc)</i></p> <p><i>Petit suisse sucré</i></p> <p><i>Eclair au chocolat</i></p>
MERCREDI	JEUDI
<p><i>Salade Louisiane</i></p> <p><i>Omelette</i> </p> <p><i>Ebly aux légumes</i></p> <p><i>Vache qui rit</i></p> <p><i>Kaki</i></p>	<p><i>Nems au poulet</i></p> <p><i>Sauté de poulet façon thai</i></p> <p><i>Légumes Wok</i> </p> <p><i>Yaourt aromatisé</i> </p> <p><i>Orange</i></p> <p><u>Substitution</u> S/V : Salade de pâtes au surimi - Falafel en sauce</p>
VENDREDI	« INFORMATIONS »
<p><i>Œuf dur mayonnaise</i></p> <p><i>Filet de colin poêlé au beurre</i> </p> <p><i>Ratatouille et pommes de terre</i></p> <p><i>Fromage blanc nature</i></p> <p><i>Liégeois chocolat</i></p>	<p><u>Salade Louisiane</u> : tomates, haricots rouges, maïs</p> <p><u>Légumes Wok</u> : julienne de légumes, haricots verts, brocolis, soja, sésame,</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>

