











# armor cuisine

la cuisine traditionnelle au service de la collectivité

## MENUS Centre LIETON - MOUROUX

Semaine du 03 au 07 janvier 2022

LUNDI	MARDI
<p>Pamplemousse</p> <p>Lasagnes bolognaises (pc)</p> <p>Coulommiers</p> <p>Clémentine </p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Poisson pané</p>	 <p>Salade de concombres </p> <p>Tomate farcie veggi 's Riz</p> <p>Kiri </p> <p>Mousse au chocolat</p>
MERCREDI	JEUDI
<p>Carottes râpées</p> <p>Boulettes de bœuf à l'orientale</p> <p>Semoule</p> <p>Cantal </p> <p>Compote pommes poires </p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Falafel</p>	<p>Salade verte  vinaigrette à l'orange</p> <p>Parmentier de canard (pc) </p> <p>Fromage blanc sucré</p> <p>Galette des rois </p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Parmentier de poisson</p> 
VENDREDI	INFORMATIONS
<p>Saucisson à l'ail*</p> <p>Blanquette du pêcheur aux fruits de mer </p> <p>Beignets de chou-fleur</p> <p>Petit suisse aux fruits </p> <p>Pomme </p> <p><u>Plats de substitution</u> S/P : Terrine de poissons    S/V : Œuf dur mayonnaise</p>	<p><u>S/P</u> : Sans porc                      <u>S/V</u> : 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>
















# armor cuisine

la cuisine traditionnelle au service de la collectivité

## MENUS Centre LIETON - MOUROUX

Semaine du 10 au 14 janvier 2022

LUNDI	MARDI
<p>Accras de poisson</p> <p>Bœuf aux carottes (pc)  </p> <p>Yaourt aux fruits mixés </p> <p>Compote de pommes </p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Pané fromage épinards</p>	<p>Chou blanc aux raisins secs</p> <p>Rôti de porc au thym* </p> <p>Pommes de terre en quartiers</p> <p>Emmental </p> <p>Eclair au chocolat</p> <p><u>Plat de substitution</u> S/P : Rôti de dinde au thym    S/V : Poisson en sauce</p>
MERCREDI	JEUDI
<p>Endives  aux poires</p> <p>Sauté de poulet sauce basquaise</p> <p>Ebly aux petits légumes</p> <p>Yaourt sucré </p> <p>Compote Pommes bananes</p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Omelette au fromage</p>	 <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>
VENREDI	INFORMATIONS
<p>Crêpe au fromage</p> <p>Filet de merlu citronné </p> <p>Trio de légumes </p> <p>Fromage ovale</p> <p>Banane</p>	<p><u>Chili végétarien</u> : égrainé de blé, tomates, poivrons, haricots rouges, riz</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>








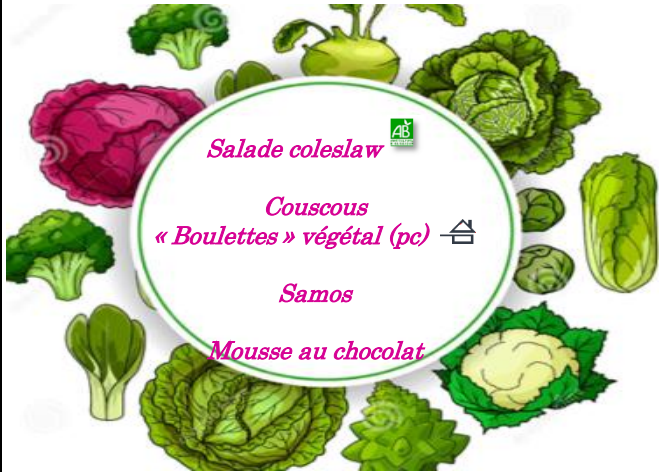







## MENUS Centre LIETON - MOUROUX Semaine du 17 janvier au 21 janvier 2022

LUNDI	MARDI
<p>Pomelos en quartiers</p> <p>Rôti de dindonneau sauce forestière</p> <p>Riz</p> <p>Fromage blanc nature </p> <p>Orange </p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Pané de tomate mozzarella</p>	<p>Carottes râpées</p> <p>Filet de lieu sauce citron vert </p> <p>Epinards à la crème</p> <p>Brie </p> <p>Pomme </p>
MERCREDI	JEUDI
<p>Tranche de surimi mayonnaise</p> <p>Chipolatas* </p> <p>Chou-fleur au fromage </p> <p>Mimolette</p> <p>Litchi</p> <p><u>Plats de substitution</u> S/P : Saucisse de volaille    S/V : Nuggets au fromage</p>	<p>Pâté en croûte*</p> <p>Colombo de veau (pc) </p> <p>Fromage frais aux fruits</p> <p>Banane </p> <p><u>Plats de substitution</u> S/P : Pâté en croûte de volaille S/V : Terrine de légumes / Colombo de poisson</p>
VENDREDI	INFORMATIONS
 <p>Tarte aux trois fromages</p> <p>Green Burger</p> <p>Purée de potiron</p> <p>Compote de pommes fraises </p>	<p><u>Colombo de veau</u> : courgettes, pdt, tomates, sauce au curry.</p> <p><u>Green Burger</u> : quinoa rouge, brocolis, petit pois, chou frisé</p> <p><u>S/P</u> : Sans porc                      <u>S/V</u> : 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 Centre LIETON - MOUROUX

Semaine du 24 au 28 janvier 2022

LUNDI	MARDI
<p>Tomates et maïs </p> <p>Cassoulet* (pc) </p> <p>Edam</p> <p>Cocktail de fruits au sirop</p> <p><u>Plats de substitution</u></p> <p>S/P : Cassoulet au poulet    S/V : Bâtonnets de mozzarella</p>	<p>Salade d'endives  et poires</p> <p>Burger de veau</p> <p>Courgettes sautées et pommes de terre</p> <p>Yaourt aromatisé</p> <p>Compote de pommes </p> <p><u>Plat de substitution</u></p> <p>S/V : Pané fromage épinards</p>
MERCREDI	JEUDI
<p>Pâté de campagne*</p> <p>Pizza tomate chèvre</p> <p>et salade composée (pc)</p> <p>Faisselle </p> <p>Ananas</p> <p><u>Plats de substitution</u></p> <p>S/P : Pâté de volaille    S/V : Sardine au beurre Fallafels aux herbes de Provence</p>	 <p>Salade coleslaw </p> <p>Couscous « Boulettes » végétal (pc) </p> <p>Samos</p> <p>Mousse au chocolat</p>
VENREDI	INFORMATIONS
<p>Œuf dur  mayonnaise</p> <p>Filet de colin poêlé au beurre </p> <p>Haricots verts </p> <p>Cantal </p> <p>Kiwi </p>	<p><u>Couscous végétal</u> : boulettes de sarrasin, semoule, légumes couscous.</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>























# armor cuisine












la cuisine traditionnelle au service de la collectivité

## MENUS Centre LIETON - MOUROUX Semaine du 31 janvier au 04 février 2022

LUNDI	MARDI
<p>Endives  vinaigrette au miel</p> <p>Filet de poulet sauce chasseur</p> <p>Gratin de blettes et pommes de terre</p> <p>Yaourt aromatisé </p> <p>Pomme </p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Omelette</p>	 <p>Nems au poulet</p> <p>Grignotines de porc sauce asiatique*</p> <p>Riz cantonais</p> <p>Litchi au sirop</p> <p><u>Plats de substitution</u> S/P : Sauté de poulet sauce asiatique S/V : Poisson sauce asiatique</p>
MERCREDI	JEUDI
<p>Crêpe jambon fromage *</p> <p>Emincé de bœuf aux oignons </p> <p>Haricots verts </p> <p>Crêpe au chocolat </p> <p>C'est la Chandeleur </p>  <p><u>Plats de substitution</u> S/P : Crêpe au fromage S/V : Crêpe au fromage Boulettes de sarrasin</p>	<p>Salade verte </p> <p>Hachis Parmentier (pc)  </p> <p>Emmental </p> <p>Compote biscuitée</p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Parmentier de poisson</p>
VENDREDI	INFORMATIONS
 <p>Pizza au fromage</p> <p>Œufs durs  et épinards </p> <p>Sauce  may (pc)</p> <p>Petit suisse aux fruits </p> <p>Gâteau au chocolat</p>	<p><u>Sauce chasseur</u> : Oignons et champignons</p> <p><u>Sauce asiatique</u> : Vinaigre de vin blanc, miel, sauce soja, graine de sésame, gingembre, ail, oignons, poivre.</p> <p>S/P : Sans porc S/V : 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 Centre LIETON - MOUROUX Semaine du 07 au 11 février 2022

LUNDI	MARDI
<p>Sardine à la tomate</p> <p>Poulet rôti</p> <p>Beignets de brocolis</p> <p>Yaourt aromatisé </p> <p>Pomme </p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Pané de blé tomate mozzarella</p>	<p>Céleri rémoulade</p> <p>Cassolette de poissons</p> <p>Riz</p> <p>Roulé aux fines herbes</p> <p>Crème dessert caramel</p>
MERCREDI	JEUDI
<p>Carottes râpées</p> <p>Chipolatas * </p> <p>Lentilles vertes </p> <p>Maroilles </p> <p>Tarte au flan </p> <p><u>Plats de substitution</u> S/P : Saucisse de volaille S/V : Poisson en sauce</p>	 <p>Samoussa aux légumes</p> <p>Omelette </p> <p>Chou-fleur au fromage</p> <p>Petit moulé</p> <p>Compote de pommes </p>
VENDREDI	INFORMATIONS
<p>Crêpe au fromage</p> <p>Pavé de merlu au citron vert </p> <p>Epinards à la crème </p> <p>Fromage frais sucré</p> <p>Cookies à la vanille et aux pépites de chocolat</p> <p><u>Plats de substitution</u> S/V : Terrine de légumes</p>	<p><u>Cassolette de poissons</u> : poissons, carottes, poireaux, crème fraîche.</p> <p>S/P : Sans porc S/V : Sans viande</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>















## MENUS Centre LIETON - MOUROUX Semaine du 14 au 18 février 2022

LUNDI	MARDI
<p>Salade de tortis napolitaine</p> <p>Bœuf mironton </p> <p>Gratin de courgettes et tomates</p> <p>Carré frais</p> <p>Pomme </p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Poisson pané</p>	 <p>Œuf dur  mayonnaise</p> <p>Boulettes de sarrasin Haricots verts persillés</p> <p>Yaourt sucré  Orange sanguine</p>
MERCREDI	JEUDI
<p>Pizza</p> <p>Endives  au jambon* (pc) </p> <p>Fromage frais sucré</p> <p>Panacotta au coulis de fruits </p> <p><u>Plats de substitution</u> S/P : Endives au jambon de dinde S/V : Pané fromagé</p>	<p>Terrine de légumes mayonnaise</p> <p>Emincé de poulet façon kebab</p> <p>Pommes vapeur</p> <p>Petit suisse aux fruits </p> <p>Kiwi</p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Poisson en sauce</p>
VENDREDI	INFORMATIONS
<p>Salade verte  et croûtons vinaigrette à l'échalote</p> <p>Poisson meunière </p> <p>Ratatouille et pommes de terre</p> <p>Yaourt aromatisé</p> <p>Madeleine </p>	<p><u>Salade de tortis napolitaine</u> : tortis, tomates, olives, basilic, vinaigrette.</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>



## MENUS Centre LIETON - MOUROUX

Semaine du 21 au 25 février 2022

LUNDI	MARDI
<p>Maquereau à la tomate</p> <p>Sauté de poulet sauce diable</p> <p>Haricots beurre</p> <p>Yaourt aux fruits mixés </p> <p>Clémentine</p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Omelette</p>	 <p><u>Betteraves</u>  <u>mimosa</u></p> <p><u>Raviolini ricotta et épinards (pc)</u></p> <p><u>Chanteneige</u></p> <p><u>Tarte au flan</u> </p>
MERCREDI	JEUDI
<p>Flammekueche gratinée*</p> <p>Merguez grillées </p> <p>Jeunes carottes confites</p> <p>Saint-Nectaire </p> <p>Banane</p> <p><u>Plats de substitution</u> S/P : Tarte au fromage    S/V : Pizza au fromage Nuggets de poisson</p>	<p>Salade verte </p> <p>Tagliatelles au saumon (pc) </p> <p>Tartare ail et fines herbes</p> <p>Flan nappé caramel </p>
VENDREDI	INFORMATIONS
<p>Salade de crudités vinaigrette à l'estragon</p> <p>Boulettes de bœuf mironton  </p> <p>Coquillettes</p> <p>Kiri</p> <p>Compote de pommes </p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Boulette de sarrasin</p>	<p><u>Salade de quinoa</u> : concombres, radis, tomates, surimi.</p> <p><u>Sauce diable</u> : tomates, oignons, sucre.</p> <p><u>Salade fleurette</u> : chou-fleur, carottes, maïs, cornichons</p> <p><u>Salade de crudités</u> : salade verte, soja, maïs, poivrons, oignons, vinaigrette à l'estragon</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>➤ <u>* Plat contenant du porc</u></p> <p>➤</p>





## MENUS Centre LIETON - MOUROUX Semaine du 28 février au 04 mars 2022

LUNDI	MARDI
<p>Saucisson sec*</p> <p>Blanc de poulet au velouté de tomate</p> <p>Gratin de potiron </p> <p>Camembert </p> <p>Kiwi</p> <p><u>Plats de substitution</u> S/P : Roulade de volaille S/V : Terrine de poisson / Pané fromage épinards</p>	 <p><b>MARDI GRAS</b></p>
MERCREDI	JEUDI
<p>Salade de cœurs d'artichauts</p> <p>Bœuf aux olives </p> <p>Semoule </p> <p>Cheddar</p> <p>Mousse au chocolat </p> <p><u>Plat de substitution</u> S/V : Fallafels</p>	<p>Carottes râpées </p> <p>Filet de colin façon papillote </p> <p>Pommes vapeur</p> <p>Petit suisse aux fruits </p> <p>Poire </p>
VENDREDI	INFORMATIONS
 <p>Croustillants de mozzarella</p> <p>Omelette basquaise</p> <p>Coquillettes </p> <p>Banane </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>

