

## MENUS ~ JANVIER 2023

Cuisine Centrale - Ville de Pierre-Bénite

	<i>lundi 2 janvier 2023</i>	<i>mardi 3 janvier 2023</i>	<i>mercredi 4 janvier 2023</i>	<i>jeudi 5 janvier 2023</i>	<i>vendredi 6 janvier 2023</i>
Entrée	salade d'endives I K	salade verte mimosa B I K	salade de pâtes à la niçoise A I K	Carottes râpées I K	émincé de chou blanc I K
plat 1	quenelle nature sauce béchamel A B	steak haché au jus	Sauté d'agneau au thym	Hachis parmentier F	poisson pané et citron A C
plat 2					
Garniture	riz	endives braisées	Courgettes aux herbes		polenta crémeuse F
Fromage	petit suisse F	emmental F	cantal F		bûche du pilat F
Dessert	fruit	fruit	compote	Galette des rois A	fruit

	<i>lundi 9 janvier 2023</i>	<i>mardi 10 janvier 2023</i>	<i>mercredi 11 janvier 2023</i>	<i>jeudi 12 janvier 2023</i>	<i>vendredi 13 janvier 2023</i>
Entrée	salade de coquillettes <b>A I</b> <b>K</b>	carottes râpées <b>I</b> <b>K</b>	salade verte <b>I K</b>	Betteraves rouges vinaigrette <b>I K</b>	salade d'endives ,emmental et noix <b>G I K</b>
plat 1	steack de blé <b>A E</b>	émincé de boeuf à la tomate	escalope de porc à la moutarde <b>I</b>	couscous aux légumes et bœuf	filet de poisson basquaise <b>C</b>
plat 2					
Garniture	purée de potiron <b>F</b>	haricots verts	Pomme purée <b>F</b>	semoule au raisin <b>A</b>	carottes glacées
Fromage	port salut <b>F</b>	camembert <b>F</b>	bûche de chèvre <b>F</b>	yaourt nature <b>F</b>	fruit
Dessert	compote	fruit	fruit	Flan caramel <b>B F</b>	

	<i>lundi 16 janvier 2023</i>	<i>mardi 17 janvier 2023</i>	<i>mercredi 18 janvier 2023</i>	<i>jeudi 19 janvier 2023</i>	<i>vendredi 20 janvier 2023</i>
Entrée	Salade de concombres <b>I K</b>	Salade de chou fleur <b>I K</b>	Taboulé <b>A K</b>	Sardines <b>C</b>	Salade coleslow <b>I K</b>
plat 1	spaghetti bolo végé <b>A E</b>	Emincé de bœuf	Jambon chaud sauce forestière	curry de légumes et pois chiche	mousse de saumon à l'oseille <b>C</b>
plat 2					
Garniture		Courgettes aux herbes	Purée de carottes <b>F</b>	riz parfumé	Blé <b>A</b>
Fromage		Petit suisse aux fruits <b>F</b>	Comté <b>F</b>	Yaourt sucré <b>F</b>	Flan vanille <b>B</b>
Dessert	fruit	compote	fruit	Mousse chocolat/fruit	fruit

	<i>lundi 23 janvier 2023</i>	<i>mardi 24 janvier 2023</i>	<i>mercredi 25 janvier 2023</i>	<i>jeudi 26 janvier 2023</i>	<i>vendredi 27 janvier 2023</i>
Entrée	Terrine de poisson <b>C</b>	Endives et pommes <b>I K</b>	Cœur d'artichaut vinaigrette <b>I K</b>	Salade de haricots verts <b>I K</b>	Taboulé <b>A K</b>
plat 1	Samossas aux légumes <b>A E</b>	Rôti de bœuf	Emincé d'agneau au cumin	lasagnes <b>A F</b>	Quenelle de brochet sauce aurore <b>A C F</b>
plat 2					
Garniture	Riz et carottes	Lentilles	Gratin de chou fleur <b>F</b>		Penne au beurre <b>A</b>
Fromage	Gouda <b>F</b>	Emmental <b>F</b>	compote		Chèvre frais <b>F</b>
Dessert	Fruit au sirop	fruit		Riz au lait <b>F</b>	fruit

	<i>lundi 30 janvier 2023</i>	<i>mardi 31 janvier 2023</i>	<i>mercredi 1 février 2023</i>	<i>jeudi 2 février 2023</i>	<i>vendredi 3 février 2023</i>
Entrée	Lentilles en salade <b>I K</b>	Concombre <b>I K</b>	Salade de chou vert <b>I K</b>	Radis	taboulé <b>A K</b>
plat 1	Saucisse végé <b>E</b>	Blanquette de volaille <b>F</b>	Escalope de porc au jus	chili <b>E</b>	poisson pané <b>C A</b>
plat 2					
Garniture	Semoule au raisin <b>A</b>	Tortis au beurre et fromage <b>A</b>	Ratatouille	riz/haricots rouges	Carottes au cumin
Fromage	Kiri <b>F</b>	fruit	Yaourt nature <b>F</b>	Edam <b>F</b>	St Paulin <b>F</b>
Dessert	fruit		fruit	4/4 chocolat <b>A</b>	compote