



## **MENUS SIMPLES ET EFFICACES**

- 1. LES PRIX SONT INDICATIFS ET NE SONT VALABLES QU'A L'EPICERIE DES ROBALEUX A CORBEYRIER.**
- 2. VOUS POUVEZ PASSER VOS COMMANDES A L'EPICERIE QUI VOUS LIVRE SUR PLACE. (MIN. 5 JOURS AVANT) :**  
024 466 67 64 / [epiceriedesrobaleux@outlook.com](mailto:epiceriedesrobaleux@outlook.com) /  
<http://epiceriedesrobaleux.com>
- 3. FAITES TRAVAILLER L'ECONOMIE LOCALE.**
- 4. EN DESSUS DE L'EVIER DE LA CUISINE VOUS TROUVEREZ LES INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT DE LA CUISINIERE ET DU RANGEMENT DES USTENSILS, DES COUVERTS ET DES ASSIETTES.**
- 5. LA CUISINE EST A INDUCTION, INUTILE DE MONTER VOS CASSEROLES. LES CAQUELONS FONCTIONENNT AVEC L'INDUCTION.**

Menus :

Les quantités s'entendent pour 22 personnes.

---

Ingédients	Quantité	prix
<b>Risotto</b>		
Oignons	4	1.40
Vin blanc cuisine	1l	3.60
Cube bouillon	4	4.95
Riz type arborio	2,4 g. (110g par.p.)	5.55
Beurre	300 g	5.70
Fromage râpé	600g	13.80
Safran	6 sachets	6.50
<b>Croûtes fromages</b>		
Pain mi-blanc	2,5 kg	13.00
Fromage à fondre (type raclette)	2 kg	44.00
Œufs	10	5.50
Lait	2l	3.40
Paprika	1	1.80
<b>Jambon madère</b>		
Jambon	80 tranches	96.00
Demie-crème	2,5 l	22.05
Concentré de tomate	2 tubes	4.00
Madère	1 petite bouteille	19.00
<b>penne bolo</b>		
Oignons	4	1.40
Carottes	4	2.50
Branches de celeri	3	3.00
Courgette	2	1.40
Ail	1	0.90
Tomates passée	2kg	11.00
Viande hachées	1,8kg	52.20
Laurier	1 sachet	2.00
Penne	2,5kg	12.30
Fromage râpé	350 g	8.05
<b>Penne noix-fromage</b>		
Penne	2,5 kg	12.30
Oignons	6	2.10
Fromage frais (Philadelphia)	1 kg	13.20
Crème	500 ml	4.05
Cerneaux de noix	4 sachets	17.20
<b>Penne saucisse</b>		
Penne	2,5 kg	12.30

Oignons	5	1.75
Saucisse à rôtir	2,5 kg	62.50
Crème	2 l	18.00
<b>Gnocchi au pesto</b>		
Patates farineuses	3 kg	8.70
Farine	2,5 kg	5.40
Œufs	4	2.20
Pesto prêt	5 bocaux	25.50
<b>Soupe petits pois</b>		
Petits pois en boîte	1 kg	7.80
Oignons	6	2.10
Carottes	6	3.00
Crème	1 l	9.00
<b>grillades</b>		
Mix de viandes à griller (saucisses de veau, saucisse à rôtir, cotelettes de porc, filets de dindes)	5kg environ (16 saucisses de veau, 1,5 kg de saucisse à rôtir, 12 côtelettes de porc, 15 filets de dinde)	164.55
<b>salade</b>		
Salade mêlée déjà prête	1,2 kg	12.00
Mais	4 boîtes	4.40
<b>Salade de carottes</b>		
Carottes	2 kg	7.00
<b>Poulet curry</b>		
Émincé de poulet	5 kg	115.00
Crème	2l	18.00
Curry	1	1.80
<b>Polenta</b>		
Polenta 2 min	1,5 kg	6.00
<b>Patates au four</b>		
Patates	5 kg	14.5
Romarin	10 branches	3.00
Ail	2	1.80
<b>Légumes provençales</b>		
Tomates	12	4.80
Courgettes	12	8.4
Panure (non aromatisée)	1kg	5.00
Ail	1	0.90
Huile	1 l.	4.80
Persile séché	1	3.00
<b>Raclette</b>		

Patates	5 kg	14.50
Fromage à raclette	5 kg	110
Cornichons	3 grands bocaux	45
Oignons	2 grands bocaux	18
<b>Tortilla</b>		
Patates	2 kg	5.80
Œufs	20	11.00
Lait	1l	1.70
Fromage rapé (sbrinz)	500g	7.20
Paprika		1.80
<b>Bruschette pizzaiola</b>		
Pain mi blanc	2,5 kg	13.00
Passata tomate	2 kg	11.00
Mozzarella de cuisine	2 kg	18.00
Origan	1	2.00
<b>Pic-nic</b>		
Baguettes	12	36.00
Tranches de jambon	40	48.00
Gruyère	1 kg	22.70
Beurre	500g	7.10
Thon	4 boites	17.60
Cornichons	1 grand bocal	15.00
pommes	22	11.50
Chocolat	4 grandes plaques	38.00
Bananes	14	5.80
<b>Émincé de bœuf-carottes</b>		
Émincé de boeuf	5 kg	125
Carottes	2 kg	7.00
Cube bouillon bœuf	6	4.95
Concentré tomate	1 tube	2.00
Oignons	6	2.10
Laurier	1 sachet	2.00
<b>Déjeuner (pour deux jours)</b>		
Lait	5l	8.50
Pain	5kg	25.00
Beurre	1 kg	10.20
confiture	3 x 450g	19.80
Miel	500g	13.00
Nutella(ou autre)	750g	9.40
Céréales nature	1kg	8.90
Café	1 sachet	18.00
Yogurt nature	5 grands	8.50
Cacao	1 paquet	16.90



Cabane de Luan