

Menus du 6 au 10 novembre 2023

lundi 6	mardi 7	mercredi 8	jeudi 9	vendredi 10
<ul style="list-style-type: none"> <li>Fusilli</li> <li>Crème de courge aux lentilles corail</li> <li>Edam</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées, vinaigrette</li> <li>Bœuf bourguignon</li> <li>Pommes de terre et navets persillés</li> <li>Yaourt fermier aromatisé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage de légumes vermicelles</li> <li>Haut de cuisse de poulet rôti aux herbes</li> <li>Haricots verts à l'ail</li> <li>Fromage blanc sucré</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade aux dés de fromage et croûtons</li> <li>Chipolatas grillées</li> <li>Lentilles aux dés de carottes</li> <li>Compote pomme banane</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feuilleté au fromage</li> <li>Filet de poisson frais sauce curcuma</li> <li>Riz et brocolis</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>

Menus du 13 au 17 novembre 2023

lundi 13	mardi 14	mercredi 15	jeudi 16	vendredi 17
<ul style="list-style-type: none"> <li>Sauté de porc sauce coriandre</li> <li>Semoule couscous</li> <li>Cantal</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Céleri rémoulade</li> <li>Fajitas à la mexicaine *</li> <li>Salade verte</li> <li>Riz au lait crémeux</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feuille de chêne rouge dés de fromage et maïs</li> <li>Blanquette de veau</li> <li>Pâtes</li> <li>Salade de fruits frais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gratin de pommes de terre</li> <li>Au saumon et aneth</li> <li>Saint Nectaire</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<p><i>Du sarrasin à la ruche!</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Velouté de carottes, fromage frais et sarrasin</li> <li>Émincé de dinde à l'estragon</li> <li>Petits pois aux oignons</li> <li>Pain d'épices au miel</li> </ul>

\* Concassé de tomates, haricots rouges, poivrons, maïs, cheddar, épices chili.

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré
- Viande, poisson, oeu
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



☑ **Cuisine maison** : viandes entières de porc, de boeuf, de veau et de volaille : origine France, décret n°2022-65. Les repas sont préparés maison et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de produits frais. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.


☑ **Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.

Menus du 20 au 24 novembre 2023

lundi 20	mardi 21	mercredi 22	jeudi 23	vendredi 24
<ul style="list-style-type: none"> <li>Taboulé aux fruits secs</li> <li>Carottes, patates douce et mozzarella gratinée</li> <li>Au bœuf</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Betteraves aux poires</li> <li>Jambon grillé</li> <li>Pommes rissolées</li> <li>Fromage blanc fermier</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Curry de dinde</li> <li>Blé pilaf</li> <li>Fromage</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Velouté de lentilles corail*</li> <li>Croque chèvre</li> <li>Salade verte</li> <li>Crème dessert au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Poisson du jour à la crème de potiron</li> <li>Boullgour</li> <li>Gouda</li> <li>Compote de fruits</li> </ul>

\* Carottes, lentilles corail, oignons, crème.

Menus du 27 novembre au 1 décembre 2023

lundi 27	mardi 28	mercredi 29	jeudi 30	vendredi 1
<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de chou chinois*</li> <li>Sauté de dinde Vallée d'Auge</li> <li>Riz doré</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées, vinaigrette balsamique</li> <li>Semoule aux pois chiches</li> <li>Légumes d'automne* au bouillon</li> <li>Gâteau d'anniversaire et crème anglaise </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade d'agrumes</li> <li>Steak haché</li> <li>Petits pois au bouillon</li> <li>Pain perdu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade sombrero*</li> <li>Poisson meunière</li> <li>Chou fleur gratiné, béchamel</li> <li>Panna cotta au lait fermier coulis de fruits rg</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Velouté de légumes</li> <li>Tartiflette</li> <li>Salade verte</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>

\* Chou chinois, emmental, vinaigrette.

\* Potimarron, poireau, rutabaga, oignons.

\* Riz, haricots rouges, maïs, carottes, vinaigrette.

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré
- Viande, poisson, oeuf
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



**Cuisine maison** : viandes entières de **porc**, de **boeuf**, de **veau** et de **volaille** : **origine France**, décret n°2022-65. Les repas sont préparés **maison** et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de **produits frais**. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

**Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.

Menus du 4 au 8 décembre 2023

lundi 4	mardi 5	mercredi 6	jeudi 7	vendredi 8
<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées</li> <li>Paupiette de veau sauce champignons</li> <li>Duo de haricots et boulgour</li> <li>Yaourt fermier sucré</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Omelette sauce provençale</li> <li>Macaronis</li> <li>Carré président</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade aux croûtons</li> <li>Médaillons de boudin blanc rôtis</li> <li>Pommes caramélisées et écrasé de pdt</li> <li>Yaourt à la vanille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bouillon de bœuf vermicelle</li> <li>Galette jambon fromage</li> <li>Salade verte</li> <li>Cocktail de fruits au sirop</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Retour de pêche à la crème de poireaux</li> <li>Pommes de terre persillées</li> <li>Tome Catalane</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>

\* Boulgour, olives émincées, maïs, vinaigrette.

Menus du 11 au 15 décembre 2023

lundi 11	mardi 12	mercredi 13	jeudi 14	vendredi 15
<ul style="list-style-type: none"> <li>Betteraves aux pommes et emmental</li> <li>Parmentier de haricots rouges</li> <li>Salade verte</li> <li>Île flottante</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Poisson pané</li> <li>Carottes, crème à l'ail</li> <li>Saint Paulin</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Échine de porc, jus au thym</li> <li>Gratin de poireaux aux pommes de terre</li> <li>Fromage</li> <li>Compote de fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Poulet rôti</li> <li>Riz à la forestière</li> <li>Vache picon</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade Coleslaw*</li> <li>Lasagnes</li> <li>à la bolognaise</li> <li>Gâteau d'anniversaire </li> </ul>

\* Carottes, chou blanc, crème fraîche, vinaigrette.

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Viande, poisson, oeu
- Céréales, légumes secs
- Produit laitier
- Produit sucré
- Matière grasse cachée



☑ **Cuisine maison** : viandes entières de porc, de bœuf, de veau et de volaille : origine France, décret n°2022-65. Les repas sont préparés maison et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de produits frais. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

☑ **Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.

Menus du 18 au 22 décembre 2023

**lundi 18**

-  Salade multicolore\*
-  Boulettes d'agneau
-  Petits pois à la française
-  Smoothie au lait fermier et fruits

\* Tortis multicolores, mimolette, maïs, vinaigrette

**mardi 19**

**Repas de Noël**





-  Velouté de butternut aux marrons
-  Hot dog
-  Frites
-  Marbré aux 2 chocolats



**mercredi 20**




-  Soupe de tomate aux vermicelles
-  Dos de colin sauce crustacés
-  Boulgour doré
-  Entremets

**jeudi 21**

-  Rémoulade de céleri et carottes
-  Pizza aux 3 fromages\*
-  Salade verte
-  Yaourt fermier sucré

\* Mozzarella, emmental, cantal.

**vendredi 22**

-  Salade de pommes de terre\*
-  Bœuf aux olives
-  Haricots beurre persillés
-  Fruit de saison

\* Pommes de terre, dés de fromages, échalotes, ciboulette, vinaigrette.



Toute l'équipe d'Armonys Restauration vous souhaite de bonnes vacances 😊 !



Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

-  Fruits et légumes
-  Céréales, légumes secs
-  Produit sucré
-  Viande, poisson, oeuf
-  Produit laitier
-  Matière grasse cachée



**Cuisine maison** : viandes entières de **porc**, de **boeuf**, de **veau** et de **volaille** : **origine France**, décret n°2022-65. Les repas sont préparés **maison** et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de **produits frais**. Les menus sont établis sous réserve d'approvisionnement.

**Allergies et intolérances** : nos recettes sont susceptibles de contenir des ingrédients pouvant entraîner des allergies ou des intolérances alimentaires. Merci de vous rapprocher du chef de cuisine pour tout renseignement complémentaire.