

Menus du 4 au 8 septembre 2023

lundi 4	mardi 5	mercredi 6	jeudi 7	vendredi 8
<ul style="list-style-type: none"> Melon Rougail saucisse Riz créole Vache qui rit Glace 	<ul style="list-style-type: none"> Feuilleté au fromage Émincé de dinde sauce suprême Carottes au cumin Petit suisse aromatisé 		<ul style="list-style-type: none"> Betteraves aux pommes et emmental Courgettes et tomates rôties* Semoule aux pois chiches Yaourt fermier aux fruits 	<ul style="list-style-type: none"> Tomates à l'huile d'olives et au basilic Poisson du jour sauce chorizo Potatoes Saint Nectaire Fruit de saison

* Courgettes, tomates, ail, huile d'olives, herbes aromatiques.

Du sarrasin à la ruche!

Menus du 11 au 15 septembre 2023

lundi 11	mardi 12	mercredi 13	jeudi 14	vendredi 15
<ul style="list-style-type: none"> Salade mexicaine* Boulettes d'agneau, sauce au thym Poêlée de haricots à la forestière Bleuet des Prairies Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Concombres alpins Lasagnes aux tomates et lentilles vertes Salade au xérès Compote de pommes 		<ul style="list-style-type: none"> Taboulé au kasha Filet de poisson meunière au citron frais Julienne de légumes* Carré président Cake au miel 	<ul style="list-style-type: none"> Melon Colombo de porc Blé pilaf Emmental Crème dessert au chocolat

* Haricots rouges, maïs, tomates, poivrons, échalotes, vinaigrette.

* Concombre, fromage blanc, moutarde, jus de citron.

* Carottes, courgettes, céleri rave, oignon, crème, ail.

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 18 au 22 septembre 2023

lundi 18	mardi 19	mercredi 20	jeudi 21	vendredi 22
<ul style="list-style-type: none"> ● Salade croquante* ●● Ty Pavégétal estival ● Salade, vinaigrette balsamique ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pastèque ● Filet de dinde rôti au curcuma ● Petits pois au bouillon ● Petit suisse sucré ●● Roulé confiture 		<ul style="list-style-type: none"> ●● Salade papillon* ● Paupiette de veau ● Carottes à la crème d'ail ● Fromage blanc aux éclats de spéculoos 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Pâté de campagne, cornichon. ● Retour de pêche sauce moutarde à l'ancienne ● Pommes vapeur ● Camembert ● Fruit de saison

* Concombre, radis, fromage frais, jus de citron.

* Farfalles, tomates, poivrons, maïs, vinaigrette.

Menus du 25 au 29 septembre 2023

lundi 25	mardi 26	mercredi 27	jeudi 28	vendredi 29
<ul style="list-style-type: none"> ● Melon ●● Pizza au thon et aux tomates ● Salade verte ● Yaourt fermier sucré 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Salade de pommes de terre* ● Sauté de bœuf à la provençale ● Chou fleur persillé ● Edam ● Fruit de saison 		<ul style="list-style-type: none"> ● Concombre, crème à l'aneth ●● Gratin de macaronis ● Sauce de légumes du soleil* ●● Gâteau d'anniversaire  	<ul style="list-style-type: none"> ● Tomates à l'échalote ● Rôti de porc, jus au romarin ● Flageolets cuisinés ● Tome grise ● Fruit de saison

* Pdt, cervelas, tomate, cornichons, mayonnaise.

* Tomates, courgettes, poivrons, oignon, ail.

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 2 au 6 octobre 2023

lundi 2	mardi 3	mercredi 4	jeudi 5	vendredi 6
<ul style="list-style-type: none"> Pastèque Paëlla Au poulet Cantal Glace 	<ul style="list-style-type: none"> Œuf dur mayonnaise Gratin dauphinois Au jambon Fruit de saison 		<ul style="list-style-type: none"> Salade de lentilles* Quiche aux 3 fromages Salade verte Fromage blanc fermier 	<ul style="list-style-type: none"> Salade Marco Polo* Bœuf bourguignon Carottes persillées Coulommiers Entremets à la vanille

* Lentilles vertes, dés de tomates, échalotes, basilic, vinaigrette au Xérès.

* Coquillettes, surimi, tomates, poivrons rouges, crème fraîche.

Menus du 9 au 13 octobre 2023



Un jour, une recette!

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> Chou chinois en salade* Poisson pané Torsades sauce au bleu d'Auvergne Petit suisse aromatisé Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Concombres crème ciboulette Galette saucisse Salade, vinaigrette balsamique Cantafrais Compote pommes chataignes 		<ul style="list-style-type: none"> Betteraves à l'échalote Hachis parmentier de potimarron Pont l'Évêque Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Carottes râpées vinaigrette Mijoté de haricots rouges au maïs Riz camarguais Saint Paulin Gâteau au chocolat et courgettes 

* Chou chinois, tomates, dés de jambon, 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 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 16 au 20 octobre 2023

lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19	vendredi 20
<ul style="list-style-type: none"> ● Blé à la provençale* ● Sauté de dinde à l'estragon ● Petits pois aux oignons ● ● Liégeois au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> ● ● Salade aux dés d'emmental et croûtons ● Omelette au coulis de tomate ● ● Frites ● Yaourt fermier sucré ● Fruit de saison 		<ul style="list-style-type: none"> ● ● Céleri rémoulade ● Bœuf massalé ● ● Boulgour et brocolis ● Cantadou ail et fines herbes ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de tomates au maïs et féta ● Penne rigate semi complètes ● Carbonara de poisson frais ● ● Gâteau d'anniversaire 

* Blé, tomates, poivrons, olives émincées, 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.