

## Menus du 2 au 6 mars 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Boulettes de soja sauce champignons</li> <li>● Boulgour</li> <li>● Vache picon</li> <li>● Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Taboulé aux fruits secs</li> <li>● Sauté de porc au chorizo </li> <li>● Haricots beurre</li> <li>● Entremets au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Paupiette de veau sauce provençale</li> <li>● Poêlée de pommes de terres aux choux fleurs</li> <li>● Fromage</li> <li>● Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Carottes râpées vinaigrette </li> <li>● Filet de dinde rôti, jus au thym </li> <li>● Lentilles cuisinées</li> <li>● Yaourt sucré </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Parmentier de poisson frais</li> <li>● Salade verte</li> <li>● Mimolette</li> <li>● Fruit de saison </li> </ul>

## Menus du 9 au 13 mars 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Émincé de bœuf aux oignons sauce soja</li> <li>● Riz </li> <li>● Emmental</li> <li>● Pêche au sirop</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Soupe de tomates au vermicelle</li> <li>● Poisson pané</li> <li>● Pommes vapeur et épinards crème curry</li> <li>● Yaourt aromatisé </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Salade de pois chiches à la Grecque*</li> <li>● Pizza aux 3 fromages</li> <li>● Salade verte</li> <li>● Fromage blanc </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Feuilleté au fromage</li> <li>● Jambon grillé sauce Madère</li> <li>● Petits pois carottes</li> <li>● Compote de pommes aux amandes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Omelette</li> <li>● Farfalles au beurre</li> <li>● Cantadou ail et fines herbes</li> <li>● Fruit de saison </li> </ul>

\* Segments de pomes et d'oranges.

## 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** : Armonys Restauration vous informe que la viande bovine est VBF. 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 mars 2020

## Coupe du monde de Biathlon - Oslo

### lundi

- Boulettes d'agneau aux 4 épices
- Carottes persillées 
- Fromage
- Fruit de saison

### mardi

- Velouté de légumes
- Lasagnes aux lentilles
- Salade verte
- Crème dessert à la vanille

### mercredi

- Cuisse de poulet rôti 
- Flageolets cuisinés
- Fromage
- Compote de fruits

### jeudi

- Salade de chou chinois \*
- Bœuf massalé 
- Semoule parfumée
- Fruit de saison 

### vendredi

- Rillettes de sardines
- Gratin de pommes de terre saumon aneth 
- Salade iceberg
- Fromage blanc aux myrtilles

\* Pois chiches, féta, huile d'olive, échalote, cumin.

\* Chou chinois râpé, épaule, dés de fromages, vinaigrette.

## Menus du 23 au 27 mars 2020

### lundi

- Pâté de campagne, cornichon
- Quiche au thon tomate mozzarella
- Salade verte
- Fruit de saison

### mardi

- Steak haché sauce tomate 
- Frites fraîches
- Edam 
- Fruit de saison

### mercredi

- Potage parmentier aux croûtons
- Émincé de porc aux pruneaux 
- Choux de Bruxelles
- Flan nappé au caramel

### jeudi

- Carottes râpées vinaigrette
- Riz Cantonnais
- (Riz, petits pois, œuf, oignons confits)
- Yaourt sucré 

### vendredi

- Curry de dinde au lait de coco 
- Haricots verts 
- Chanteneige
- Gâteau d'anniversaire 

### Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

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



**Cuisine maison** : Armonys Restauration vous informe que la viande bovine est VBF. 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 30 mars au 3 avril 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> <li>●● Salade de risettis au surimi</li> <li>● Sauté de <b>volaille</b> aux champignons </li> <li>● Carottes vichy</li> <li>●● Liégeois au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●● Velouté de pois cassés au fromage frais</li> <li>● Penne rigate</li> <li>●● Sauce tomate*</li> <li>● Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●● Salade de pommes de terre aux œufs</li> <li>● <b>Boulettes de bœuf</b> </li> <li>● Petits pois au bouillon</li> <li>●● Yaourt sucré </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Concombres vinaigrette</li> <li>● <b>Rôti de porc</b> sauce moutarde </li> <li>●● Gratin de choux fleur</li> <li>●● Crème patissière</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●● Salade aux dés d'emmental et croûtons</li> <li>● Filet de poisson frais sauce citronnée</li> <li>● <b>Blé pilaf</b> </li> <li>● Fruit de saison</li> </ul>

\* Sauce tomate, oignons, farine de pois chiche, fromage rapé, cumin.

## Menus du 6 au 10 avril 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> <li>●● Rougail <b>saucisse</b> </li> <li>● Riz créole</li> <li>● Gouda</li> <li>● <b>Fruit de saison</b> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●● Tortis multicolores aux dés de fromage</li> <li>● <b>Bœuf bourguignon</b> </li> <li>● Duo de haricots sautés aux oignons</li> <li>● Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Endives aux pommes</li> <li>● Farfalles</li> <li>● Carbonara de poisson</li> <li>●● Entremets vanille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Betteraves</b> à l'échalote </li> <li>● Couscous de <b>poulet</b> </li> <li>●● Semoule et légumes couscous</li> <li>●● Yaourt aromatisé </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●● Carottes et mimolette râpées</li> <li>●● Omelette</li> <li>● Pommes de terre rissolées</li> <li>●● Cocktail de fruits au sirop</li> </ul>

### Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

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



**Cuisine maison** : Armonys Restauration vous informe que la viande bovine est VBF. 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.