

Menus du 31 août au 4 septembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
 <ul style="list-style-type: none"> Melon Penne rigate  Sauce bolognaise Glace 	<ul style="list-style-type: none"> Penne rigate  Sauce bolognaise Glace 	<ul style="list-style-type: none"> Aiguillettes de poulet marinées Purée de brocolis Fromage Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de tomates aux dés de mimolette et maïs Omelette Frites Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Pastèque Blanquette de poisson frais Carottes et riz  Gâteau de semoule

Menus du 7 au 11 septembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> Radis beurre Boulettes de soja sauce champignons Bouillgour  Île flottante 	<ul style="list-style-type: none"> Salade multicolore* Haut de cuisse de Poulet rôti  Courgettes sautées aux oignons Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Concombre vinaigrette Sauté de porc à l'ananas  Riz créole  Crème dessert au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de lentilles* Poisson pané Haricots beurre à la tomate Yaourt aromatisé  	<ul style="list-style-type: none"> Émincé de bœuf au paprika Gratin de choux fleurs aux pommes de terre Emmental Fruit de saison


* Tortis multicolores, dés de tomates, de fromages, d'olives, vinaigrette.


* Lentilles, lardons, tomates, échalotes, vinaigrette.

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** : 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 14 au 18 septembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de pommes de terre* ● Sauté de dinde à l'estragon  ● Petits pois à la française  ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Jambon grillé sauce Barbecue ● Riz pilaf aux poivrons rouges ● Babybel ● Compote de pommes aux fruits rouges <p><i>Les couleurs de l'arc en ciel</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Steak haché  ● Épinards crème curry ● Petits suisses aux fruits ● Cookie 	<ul style="list-style-type: none"> ● Concombres alpins*  ● Lasagnes aux lentilles corail ● Salade verte ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Melon ● Filet de poisson frais à la nage ● Blé tendre et ratatouille ● Glace
<p>* Pommes de terre, cervelas, edam, tomate, cornichons, mayonnaise.</p>			<p>* Concombre, fromage blanc, moutarde, jus de citron.</p>	

Menus du 21 au 25 septembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Carottes et mimolette râpées vinaigrette ● Tortilla (œuf, pdt rissolées, oignons) ● Salade verte ● Yaourt aromatisé  	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade Marco Polo* ● Filet de dinde, jus au thym  ● Gratin de courgettes à la mozzarella ● Fruit de saison  	<ul style="list-style-type: none"> ● Tomate farcie ● Semoule au bouillon de tomates ● Fromage ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pastèque ● Tajine d'agneau aux aubergines ● Pommes vapeur ● Entremets à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> ● Farfalles  ● Carbonara de poisson frais ● Gouda ● Fruit de saison
	<p>* Coquillettes, surimi, tomates, poivrons rouges, crème fraîche.</p>			

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 28 septembre au 2 octobre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> Thon à la Catalane * Riz doré Tome noire Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Bœuf massalé Haricots verts persillés Carré président Gâteau d'anniversaire 	<ul style="list-style-type: none"> Carottes râpées Beignets de poisson au citron Blé pilaf Fromage blanc sur lit de compote de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> Melon Gratin Dauphinois aux épinards et jambon Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Concombre à la crème Quiche à la vache qui rit Salade verte Mousse au chocolat

* Thon, tomates, oignons, poivrons, cornichons, épices.

Menus du 5 au 9 octobre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> Chou chinois en salade* Boulettes de bœuf Potatoes crème ciboulette Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade papillon* Colombo de porc Petits pois carottes Flan nappé au caramel 	<ul style="list-style-type: none"> Cervelas vinaigrette Haut de cuisse de poulet rôti Courgettes sauce tomate Semoule au lait 	<ul style="list-style-type: none"> Parmentier de lentilles vertes Salade verte Cantadou ail et fines herbes Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Tomates mozzarella à l'huile d'olive et au basilic Filet de poisson frais sce moutarde à l'ancienne Julienne de légumes* et boulgour Fromage blanc à la crème de marrons

*Chou chinois, tomates, dés d'emmental, vinaigrette.

*Farfalles, mimolette, tomates, poivrons, maïs, vinaigrette.

*Courgettes, carottes, céleri rave

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 12 au 16 octobre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de carottes miel et citron ● Tartiflette ● Salade verte ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves à l'emmental ciboulette ● Chili sin carne (lentilles et haricots rouges) ● Riz ● Crème dessert au chocolat maison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Tartine de chèvre chaud et origan ● Paupiette de veau ● Flageolets ● Fromage blanc aux fruits 	<ul style="list-style-type: none"> ● Taboulé à l'orientale ● Filet de poisson frais sauce chorizo ● Carottes vichy ● Yaourt aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> ● Émincé de dinde au curry et à la mangue ● Haricots verts et blé ● Montboissier ● Fruit de saison

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

Menus du 19 au 23 octobre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de riz au thon* ● Bœuf aux olives ● Courgettes béchamel ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Feuilleté au fromage ● Macaronis ● Sauce tomate* ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de pommes de terre aux œufs ● Dos de colin sauce crustacés ● Julienne de légumes au beurre* ● Yaourt sucré 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de tomates et edam, vinaigrette au balsamique ● Galette artisanale saucisse ● Salade verte ● Compote de pommes 	<ul style="list-style-type: none"> ● Boulettes d'agneau sauce basquaise ● Légumes basquaise et semoule ● Vache picon ● Gâteau d'anniversaire

* Riz, thon, tomate, maïs, ciboulette, vinaigrette.

* Sauce tomate, oignons, farine de pois chiche, cumin.

* Carottes, courgettes, poireaux.

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.