

Menus du 7 au 11 novembre 2022

lundi 7	mardi 8	mercredi 9	jeudi 10	vendredi 11
<ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves aux pommes ● Paupiette de veau sauce champignons ● Penne rigate semi-complète ● Gouda ● Flan nappé au caramel 	<ul style="list-style-type: none"> ● Chou chinois ● Semoule aux pois chiches ● Légumes* couscous d'automne au bouillon ● Vache picon ● Gâteau haricotat 	<ul style="list-style-type: none"> ● Carottes râpées, vinaigrette ● Échine de porc rôtie, jus au thym ● Haricots beurre à la tomate ● Fromage ● Riz au lait 	<ul style="list-style-type: none"> ● Velouté de butternut ● Gratin de pommes de terre au saumon et aneth ● Salade verte ● Brie ● Fruit de saison 	

* Potimarron, carottes, navets, oignons.

Menus du 14 au 18 novembre 2022

Le tour de France des régions

lundi 14	mardi 15	mercredi 16	jeudi 17	vendredi 18
<ul style="list-style-type: none"> ● Salade aux dés de fromage et croûtons ● Chipolatas grillées ● Lentilles aux dés de carottes ● Smoothie ● Aux fruits 	<ul style="list-style-type: none"> ● Crème Dubarry ● Bœuf Bourguignon ● Boulgour ● Montboissié ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade d'agrumes ● Blanquette de volaille ● Pâtes ● Fromage ● Yaourt à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pommes de terre nordistes ● Quiche au Maroilles ● Salade de chicons ● Compote pommes coings ● Spéculos 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pâté de campagne breton ● Filet de poisson frais à la crème ● Fondue de poireaux et riz ● Bûche laitière ● Fruit de saison

* Pommes de terre, fromage blanc, moutarde à l'ancienne, échalote.

Région
Hauts-de-France

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** : les **vian**des entières de **porc**, de **boeuf**, de veau et de **volaille** sont **100% françaises**. 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 21 au 25 novembre 2022

lundi 21	mardi 22	mercredi 23	jeudi 24	vendredi 25
<ul style="list-style-type: none"> ● Velouté de lentilles corail (lentilles corail, carottes, oignons, crème) ● Macaronis ● Sauce tomate* ● Pont l'Évêque ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de boulgour* ● Poulet rôti ● Haricots verts à la forestière ● Rondelé ● Poire au sirop 	<ul style="list-style-type: none"> ● Duo de râpés* ● Boulettes de bœuf à la marocaine ● Semoule couscous ● Fromage ● Compote pomme banane 	<ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves à l'échalote ● Tartiflette ● Salade verte ● Yaourt fermier sucré ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de chou chinois au jambon ● Filet de poisson sauce potiron ● Blé tendre ● Camembert ● Gâteau d'anniversaire 
<small>* Concassée de tomates, oignons, purée de pois chiches, ail, cumin.</small>	<small>* Boulgour, dés de tomates, poivrons jaunes, olives émincées, vinaigrette.</small>	<small>* Carottes, céleri rave, vinaigrette.</small>		

Menus du 28 novembre au 2 décembre 2022

lundi 28	mardi 29	mercredi 30	jeudi 1	vendredi 2
<ul style="list-style-type: none"> ● Feuilleté au fromage ● Bœuf aux olives ● Carottes vichy ● Fromage blanc fermier ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Potage de légumes ● Colombo de moules à la crème ● Riz basmati ● Edam ● Crêpe de froment sucrée 	<ul style="list-style-type: none"> ● Macédoine de légumes ● Parmentier de boudin noir ● Salade verte ● Fromage ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de pommes de terre* ● Sauté de porc à la coriandre ● Petits pois ● Emmental ● Yaourt fermier aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> ● Carottes râpées ● Ty pavé végétal Savoyard* ● Salade vinaigrette balsamique ● Petit suisse sucré ● Fruit de saison
			<small>* Pdt, cervelas, cornichons, échalote, vinaigrette.</small>	<small>* Savoyard= sauce béchamel, crozets au sarrasin, raclette.</small>

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

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



☑ **Cuisine maison** : les viandes entières de porc, de bœuf, de veau et de volaille sont 100% françaises. 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 5 au 9 décembre 2022

lundi 5	mardi 6	mercredi 7	jeudi 8	vendredi 9
<ul style="list-style-type: none"> Potage à la tomates Sauté de dinde vallée d'Auge Blé tendre et brocolis Chanteneige Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Betteraves aux poires Lasagnes à la bolognaise Salade verte Panna cotta Au coulis de fruits rouges 	<ul style="list-style-type: none"> Potage crécy Filet de poisson sauce crustacés Riz doré Fromage Entremets 	<ul style="list-style-type: none"> Œuf dur mayonnaise Galette de blé noir sauce mornay Julienne de légumes* Gouda Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Bouillon de bœuf vermicelle Jambon grillé sauce champignons Haricots beurre persillés Cantal Gâteau d'anniversaire 

* Carottes oranges, céleri rave, carottes jaunes, oignons, ail, huile d'olive.

Menus du 12 au 16 décembre 2022

lundi 12	mardi 13	mercredi 14	jeudi 15	vendredi 16
<ul style="list-style-type: none"> Taboulé aux fruits secs Poisson pané Chou fleur béchamel Tome Catalane Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Velouté de légumes Omelette sauce provençale Coquillettes Camembert Crème dessert à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> Tartine grillée, fromage de chèvre et origan Noix de veau rôtie Petits pois cuisinés Yaourt fermier aromatisé Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade multicolore* Boulettes d'agneau Crème de carottes au cumin Fromage blanc fermier sur lit de Compote de pommes 	<h3>Repas de Noël</h3> <ul style="list-style-type: none"> Armony's Burger  Frites  Bûche revisitée et crème anglaise  Clémentine  Chocolats de Noël 

* Tortis multicolores, dés de mimolette, maïs, vinaigrette.

* Tortis multicolores, dés de mimolette, maïs, 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** : les **vian**des entières de **porc**, de **boeuf**, de veau et de **volaille** sont **100% françaises**. 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.