

Menus du 31 août au 4 septembre 2020

REPAS BIO

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

Menus du 7 au 11 septembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> Betteraves vinaigrette Boulettes de soja sauce champignons Boulgour Montboissier Île flottante 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de lentilles* Poisson pané Haricots beurre à la tomate Petit suisse sucré Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Concombre vinaigrette Sauté de porc à l'ananas Riz créole Fromage Crème dessert au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> Tortis multicolores aux dés de tomates et olives Poulet rôti Courgettes sautées aux oignons Cantadou ail et fines herbes Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Radis beurre Émincé de bœuf au paprika Gratin de choux fleurs aux pommes de terre Emmental Ananas au sirop

* 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, 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 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 ● Edam ● Fruit de saison 	<p>Tomates à l'échalote</p> <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"> ● Betteraves aux poires ● Steak haché ● Épinards crème curry ● Petit suisse aux fruits ● Cookie 	<ul style="list-style-type: none"> ● Concombres crème à l'aneth ● Lasagnes aux lentilles corail ● Salade verte ● Fromage blanc sucré ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Melon ● Filet de poisson frais à la nage ● Blé tendre et ratatouille ● Mimolette ● Glace

* Pommes de terre, cervelas, tomate, cornichons, mayonnaise.

Menus du 21 au 25 septembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Carottes râpées vinaigrette ● Tortilla (œuf, pdt rissolées, oignons) ● Salade verte ● Saint Nectaire ● Yaourt aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade Marco Polo* ● Filet de dinde, jus au thym ● Gratin de courgettes à la mozzarella ● Emmental ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de chou chinois ● 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 ● Vache qui rit ● Entremets à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pâté de campagne, cornichon ● Farfalles ● Carbonara de poisson frais ● Gouda ● Fruit de saison

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

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 28 septembre au 2 octobre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> Melon Thon à la Catalane * Riz doré Brie Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Betteraves au maïs 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 Compote de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> Céleri rémoulade Gratin Dauphinois aux épinards et jambon Petit suisse aromatisé Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Concombre à la crème Quiche à la vache qui rit Salade verte Tome noire Mousse au chocolat

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

Menus du 5 au 9 octobre 2020

REPAS BIO

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

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

*Farfalles, 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"> ● Betteraves ciboulette ● Chili sin carne (lentilles et haricots rouges) ● Riz ● Emmental ● Crème dessert au chocolat maison  	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de carottes miel et citron  ● Tartiflette ● Salade verte ● Chanteneige ● Fruit de saison 	<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 ● Montboissier ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Concombres alpins* ● Émincé de dinde au curry et à la mangue  ● Haricots verts ● Yaourt aromatisé ● Madeleine

*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 ● Poêlée de courgettes ● Tome grise ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Feuilleté au fromage ● Macaronis ● Sauce tomate* ● Petit suisse ● 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* ● Fromage ● Yaourt sucré 	<ul style="list-style-type: none"> ● Tomates, vinaigrette au balsamique ● Galette artisanale saucisse ● Salade verte ● Camembert ● Compote de pommes 	<ul style="list-style-type: none"> ● Duo de râpés* ● 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.

*Carottes, céleri rave, 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** : 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.