

Menus du 2 au 6 novembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Concombres vinaigrette ● Steak haché au coulis de tomates ● Frites ● Vache picon ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de boulgour* ● Jambon grillé sauce Madère ● Haricots verts à la forestière ● Edam ● Entremets au caramel 	<ul style="list-style-type: none"> ● Velouté de légumes ● Haut de cuisse de poulet rôti ● Fondue de poireaux ● Fromage ● Riz au lait 	<ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves à l'échalote ● Semoule ● Légumes couscous aux pois chiches ● Yaourt aromatisé ● Crêpe artisanale sucrée 	<ul style="list-style-type: none"> ● Crème de potimarron ● Filet de poisson frais sauce homardine ● Purée de lentilles corail au curcuma ● Emmental ● Abricots au sirop <p style="text-align: right;">Les couleurs de l'arc en ciel!</p> 

* Boulgour, dés de tomates, poivrons jaunes, olives, vinaigrette.

Menus du 9 au 13 novembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Taboulé à l'orientale ● Boulettes d'agneau ● Chou-fleur béchamel ● Montboissé ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Soupe de tomates vermicelle ● Gratin de pommes de terre saumon ● Salade verte ● Petit suisse ● Fruit de saison 	 <p>11 NOVEMBRE ARMISTICE</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Duo de râpé* ● Omelette sauce provençale ● Penne rigate ● Saint Môret ● Mousse au chocolat au lait BIO 	<ul style="list-style-type: none"> ● Macédoine de légumes ● Blanquette de veau ● Carottes persillées et riz ● Brie ● Fromage blanc aux éclats de spéculos

* Carottes, radis noir, huile d'olive, jus de citron.

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** : 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 novembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ●● Salade aux dés de fromages et croûtons ● Sauté de dinde Vallée d'Auge ● Blé tendre ● Yaourt sucré ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Bouillon de bœuf vermicelle ● Rôti de porc ● Haricots beurre à la tomate ● Panna cotta ● et purée de mangue 	<ul style="list-style-type: none"> ● Carottes râpées ● Farfalles ● à la bolognaise ● Emmental râpé ● Yaourt aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves au maïs ● Gratin de haricots blancs au lait de coco - ● Carré président ●● Flan nappé au caramel 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Salade de pommes de terre* ● Filet de poisson à la crème de poivron ● Julienne de légumes** ● Gouda ● Fruit de saison

*Pdt, cervelas, tomates, cornichons, vinaigrette.

**Carottes oranges, céleri rave, carottes jaunes.

Menus du 23 au 27 novembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ●● Velouté de lentilles corail* ● Paupiette de veau sauce charcutière ● Petits pois ● Camembert ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Chou chinois au jambon vinaigrette ● Bœuf bourguignon ● Riz doré ●● Crème anglaise ●● Pâtisserie du Chef 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Potage parmentier ●● Croque monsieur ● Salade verte ● Fromage ● Salade de fruits frais 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade alphabet* ●● Poisson pané ● Carottes à la crème d'ail ● Tome grise ● Yaourt à la pulpe de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Céleri rémoulade ●● Tart'tiflette végétarienne ● Salade verte ● Petit suisse aromatisé ● Fruit de saison

* Lentilles corail, carottes, oignons, crème.

* Pâtes alphabet, dés de tomates, 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** : 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 novembre au 4 décembre 2020

REPAS BIO

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Velouté de légumes à la betterave ● Sauté de porc à la coriandre ● Boulgour et brocolis ● Cantadou ail et fines herbes ● Crème dessert à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> ● Feuilleté au fromage ● Macaronis ● Sauce tomate* ● Bûche laitière ● Compote de pommes 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pâté de foie, cornichon ● Filet de poisson sauce crustacés ● Pommes vapeur ● Fromage ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Taboulé aux fruits secs ● Poulet rôti ● Haricots verts persillés ● Smoothie au lait ● Banane kiwi 	<ul style="list-style-type: none"> ● Carottes râpées vinaigrette au citron ● Hachis parmentier ● Salade verte ● Emmental ● Poire sauce chocolat

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

Menus du 7 au 11 décembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Risetti Malouin ● Escalope de dinde à l'estragon ● Carottes glacées ● Tome noire ● Compote pommes fraises 	<ul style="list-style-type: none"> ● Velouté de légumes au fromage frais ● Saucisse ● aux lentilles cuisinées ● Coulommiers ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Duo de râpés* ● Rôti de veau, jus au thym ● Petits pois ● Fromage ● Semoule au lait 	<ul style="list-style-type: none"> ● Œuf dur mayonnaise ● Galette campagnarde* ● Salade verte ● Yaourt sucré ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves aux noix ● Filet de poisson frais à la crème de potiron ● Riz pilaf ● Chanteneige ● Pâtisserie du Chef

* Risettis, surimi râpé, poivron rouge, ciboulette, crème fraîche.

* Carottes, céleri rave, vinaigrette.

*Galette, pommes de terre sautées, oignons, emmental.

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 décembre 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Crème Dubarry ● Boulettes de soja sauce curry ● Semoule ● Vache qui rit ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Haricots verts vinaigrette ● Lasagnes au thon ● Salade verte ● Saint Nectaire AOP ● Liégeois au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> ● Bouillon de poule vermicelle ● Boudin blanc ● Purée de potiron ● Fromage blanc ● Madeleine 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade alphabet* ● Poisson pané ● Carottes à la crème d'ail ● Tome grise ● Yaourt à la pulpe de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade multicolore* ● Bœuf aux olives ● Carottes vichy ● Petit suisse ● Ananas au sirop

* Pâtes alphabet, dés de tomates, 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, 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.