

Menus du 8 au 12 janvier 2024

lundi 8	mardi 9	mercredi 10	jeudi 11	vendredi 12
<ul style="list-style-type: none"> <li>Fish'n</li> <li>Chips*</li> <li>Chanteneige</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Velouté de potimarron à la vache qui rit</li> <li>Paupiette de veau sauce champignons</li> <li>Haricots beurre à l'ail</li> <li>Galette des rois</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feuilleté au fromage</li> <li>Haut de cuisse de poulet Tandoori</li> <li>Purée crécy</li> <li>Salade de fruits frais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade aux dés de mimolette, croûtons et noix</li> <li>Dahl de lentilles corail aux patates douces</li> <li>Riz basmati</li> <li>Compote pommes bananes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rôti de porc, jus au thym</li> <li>Petits pois à la française</li> <li>Camembert</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>

\* Poisson meunière et frites

Menus du 15 au 19 janvier 2024

lundi 15	mardi 16	mercredi 17	jeudi 18	vendredi 19
<ul style="list-style-type: none"> <li>Taboulé aux fruits secs</li> <li>Quiche aux légumes*</li> <li>Salade verte</li> <li>Crème dessert à la vanille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Filet de dinde sauce chorizo</li> <li>Boulgour</li> <li>Edam</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Velouté de légumes</li> <li>Râgout de porc</li> <li>Aux lentilles vertes</li> <li>Fromage blanc</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gratin de pommes de terre</li> <li>Au thon et aneth</li> <li>Fraidou</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de chou chinois au gouda</li> <li>Boeuf au paprika</li> <li>Carottes Vichy</li> <li>Yaourt fermier sucré</li> </ul>

\* Carottes, butternut, oignon.

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** : viandes entières de porc, de boeuf, de veau et de volaille : origine France, décret n°2022-65. 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 22 au 26 janvier 2024

lundi 22	mardi 23	mercredi 24	jeudi 25	vendredi 26
<ul style="list-style-type: none"> <li>Velouté de pois cassés</li> <li>Penne rigate semi-complètes</li> <li>Sauce napolitaine emmentale rapê</li> <li>Yaourt fermier aromatisé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cassoulet</li> <li>du chef</li> <li>Munster</li> <li>Compote pomme banane</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées et mimolette vinaigrette</li> <li>Fajitas à la volaille</li> <li>Salade verte</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Riz à l'indienne*</li> <li>Boulettes de boeuf sauce massalé</li> <li>Haricots panachés</li> <li>Gâteau d'anniversaire </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Brandade du pêcheur</li> <li>Salade vinaigrette balsamique</li> <li>Camember</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>

\* Riz, carotte, pomme, vinaigrette au curry.

Menus du 29 janvier au 2 février 2024

lundi 29	mardi 30	mercredi 31	jeudi 1	vendredi 2
<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade aux dés d'emmental</li> <li>Omelette</li> <li>Pommes de terre rissolées</li> <li>Mousse au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sauté de porc à la dijonnaise</li> <li>Petits pois carottes</li> <li>Bûche de chèvre</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macédoine de légumes</li> <li>Filet de poisson sauce échalote citronnée</li> <li>Riz aux brocolis</li> <li>Yaourt à la vanille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade Coleslaw*</li> <li>Pizza Texane</li> <li>Salade verte</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Blésotto crémeux</li> <li>de volaille à l'estragon</li> <li>Saint nectaire</li> <li>Crêpe sucrée </li> </ul>

\* Coquillettes, maïs, surimi, vinaigrette.

\* Carottes, chou blanc, crème fraîche, 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** : viandes entières de porc, de boeuf, de veau et de volaille : origine France, décret n°2022-65. 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 février 2024

lundi 5	mardi 6	mercredi 7	jeudi 8	vendredi 9
<ul style="list-style-type: none"> <li>Saucisson à l'ail</li> <li>Poulet rôti</li> <li>Haricots verts à la forestière</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bœuf bourguignon au panais</li> <li>Boulgour</li> <li>Cantadou ail et fines herbes</li> <li>Barre bretonne et crème anglaise</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Céleri râpé scc moutarde et fromage blanc</li> <li>Rougail saucisse</li> <li>Semoule</li> <li>Compote de fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Velouté de légumes</li> <li>Lasagnes ricotta épinards</li> <li>Salade verte</li> <li>Liégeois au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Curry de poisson frais au lait de coco</li> <li>Riz créole</li> <li>Tome grise</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>

\* Carottes râpées, haricots rouges, maïs, vinaigrette.

Menus du 12 au 16 février 2024

lundi 12	mardi 13	mercredi 14	jeudi 15	vendredi 16
<ul style="list-style-type: none"> <li>Jambon grillé</li> <li>Petits pois aux oignons</li> <li>Emmental</li> <li>Flan nappé au caramel</li> </ul>	<p><b>Du sarrasin à la ruche!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Toast chèvre et miel</li> <li>Filet de poisson meunière</li> <li>Crumble de butternut au sarrasin</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade d'agrumes</li> <li>Steak haché sauce ketchup</li> <li>Pommes noisettes</li> <li>Yaourt aromatisé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Blanquette de dinde</li> <li>Carottes persillées</li> <li>Coulommiers</li> <li>Pain perdu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Betterave, vinaigrette</li> <li>Gratin de pommes de terre façon raclette*</li> <li>Salade verte</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>

\* Tortis aux légumes, maïs, emmental, vinaigrette.

\* Pdt, bouillon de légumes, oignons, fromage à raclette.

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

<ul style="list-style-type: none"> <li>Fruits et légumes</li> <li>Céréales, légumes secs</li> <li>Produit sucré</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Viande, poisson, oeuf</li> <li>Produit laitier</li> <li>Matière grasse cachée</li> </ul>	<p><input checked="" type="checkbox"/> <b>Cuisine maison</b> : viandes entières de porc, de bœuf, de veau et de volaille : origine France, décret n°2022-65. 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.</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>Allergies et intolérances</b> : 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.</p>
--	---	--

Menus du 19 au 23 février 2024

lundi 19

- Carottes râpées
- Mijoté de haricots rouges au maïs
- Riz
- Yaourt fermier aromatisé

mardi 20

- Bœuf Stroganoff
- Haricots beurre persillés
- Vache picon
- Fruit de saison

mercredi 21

- Soupe de tomates, vermicelle\*
- Galette jambon fromage
- Salade verte
- Salade de fruits frais

\* Bouillon de légumes, concassé de tomates, oignons, ail, vermicelles.

jeudi 22

- Poisson pané au citron frais
- Fondue de chou blanc crème curry et pdt
- Fromage
- Gâteau d'anniversaire 

vendredi 23

- Salade composée\*
- Farfalles
- Sauce carbonara
- Compote de pommes

\* Salade verte, mimolette, croûtons, vinaigrette au Xéres.



Toute l'équipe d'Armonys Restauration vous souhaite de bonnes vacances !!



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** : viandes entières de porc, de bœuf, de veau et de volaille : origine France, décret n°2022-65. 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.