



Menus du 8 au 12 janvier 2024

**lundi 8**

- Fish'n
- Chips\*
- Chanteneige
- Fruit de saison

**mardi 9**

- Velouté de potimarron à la vache qui rit
- Paupiette de veau sauce champignons
- Haricots beurre à l'ail
- **Galette des rois**



**mercredi 10**

- Haut de cuisse de poulet Tandoori
- Purée de pomme de terre
- Fromage
- Salade de fruits

**jeudi 11**

- Salade aux dés de mimolette, croûtons et noix
- Dahl de lentilles corail aux patates douces
- Riz basmati
- Compote pommes bananes

**vendredi 12**

- Feuilleté au fromage
- Rôti de porc, jus au thym
- Petits pois à la française
- Fruit de saison

\* Poisson meunière et frites

Menus du 15 au 19 janvier 2024

**lundi 15**

- Bouillon de poule vermicelle
- Boeuf au paprika
- Carottes Vichy
- Crème dessert à la vanille

**mardi 16**

- Filet de dinde sauce chorizo
- Boulgour
- Fraidou
- Fruit de saison

**mercredi 17**

- Velouté de légumes
- Râgout de porc
- Aux lentilles vertes
- Fromage blanc


**jeudi 18**

- Salade de chou chinois au gouda
- Gratin de pommes de terre
- Au thon et aneth
- Yaourt fermier sucré

**vendredi 19**

- Boulette de soja
- Coquillettes
- Fromage
- Fruit de saison

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

<ul style="list-style-type: none"> <li><span style="color: green;">●</span> Fruits et légumes</li> <li><span style="color: brown;">●</span> Céréales, légumes secs</li> <li><span style="color: pink;">●</span> Produit sucré</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><span style="color: red;">●</span> Viande, poisson, oeuf</li> <li><span style="color: blue;">●</span> Produit laitier</li> <li><span style="color: orange;">●</span> Matière grasse cachée</li> </ul>		<p><input checked="" type="checkbox"/> <b>Cuisine maison</b> : viandes entières de <b>porc</b>, de <b>boeuf</b>, de <b>veau</b> et de <b>volaille</b> : <b>origine France</b>, décret n°2022-65. Les repas sont préparés <b>maison</b> et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de <b>produits frais</b>. 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 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 au fromage frais</li> <li>Penne rigate semi-complètes</li> <li>Sauce napolitaine</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées et mimolette vinaigrette</li> <li>Cassoulet</li> <li>du chef</li> <li>Yaourt fermier aromatisé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cordon bleu</li> <li>Pommes sautées</li> <li>Fromage</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Brandade du pêcheur</li> <li>Salade vinaigrette balsamique</li> <li>Munster</li> <li>Gâteau d'anniversaire </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Poulet rôti</li> <li>Semoule</li> <li>Fromage</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>

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 de coquillettes*</li> <li>Sauté de porc à la dijonnaise</li> <li>Petits pois carottes</li> <li>Mousse au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade aux dés d'emmental</li> <li>Omelette</li> <li>Pommes de terre rissolées</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>Sauce bolognaise</li> <li>Penne</li> <li>Camembert</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage crécy</li> <li>Blésotto crémeux</li> <li>de volaille à l'estragon </li> <li>Crêpe sucrée</li> </ul>

\* Coquillettes, maïs, surimi, 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** : 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>● Bœuf bourguignon au panais</li> <li>● Boulgour</li> <li>● Cantadou ail et fines herbes</li> <li>● Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Lasagnes ricotta épinards</li> <li>● Salade verte</li> <li>● Brie</li> <li>● Liégeois au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Potage de légumes</li> <li>● Rougail saucisse</li> <li>● Semoule</li> <li>● Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Céleri râpé sce moutarde et fromage blanc</li> <li>● Curry de poisson frais au lait de coco</li> <li>● Riz créole et fondue de poireaux</li> <li>● Yaourt aromatisé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Poulet rôti</li> <li>● Haricots verts à la forestière</li> <li>● Tome grise</li> <li>● Barre bretonne et crème anglaise</li> </ul>

Menus du 12 au 16 février 2024

lundi 12	mardi 13	mercredi 14	jeudi 15	vendredi 16
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Velouté de lentilles corail aux carottes et épices</li> <li>● Jambon grillé</li> <li>● Petits pois aux oignons</li> <li>● Flan nappé au caramel</li> </ul>	<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>● Pont l'évêque</li> <li>● Beignet aux pommes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Betteraves à l'échalote</li> <li>● Gratin de pommes de terre façon raclette*</li> <li>● Salade verte</li> <li>● Fruit de saison</li> </ul>

Du sarrasin à la ruche!

*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 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.

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



Menus du 19 au 23 février 2024

**lundi 19**

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

**mardi 20**

- ● Salade de boulgour aux pois chiches et fêta
- Bœuf Stroganoff
- Haricots beurre persillés
- Fruit de saison

**mercredi 21**

- ● Galette jambon fromage
- Salade verte
- Vache picon
- Cocktail de fruits au sirop

**jeudi 22**

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

**vendredi 23**

- ● Salade composée\*
- Farfalles
- ● Sauce carbonara aux poireaux
- 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*

<ul style="list-style-type: none"> <li><span style="color: green;">●</span> Fruits et légumes</li> <li><span style="color: brown;">●</span> Céréales, légumes secs</li> <li><span style="color: pink;">●</span> Produit sucré</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><span style="color: red;">●</span> Viande, poisson, oeuf</li> <li><span style="color: blue;">●</span> Produit laitier</li> <li><span style="color: orange;">●</span> Matière grasse cachée</li> </ul>		<p><input checked="" type="checkbox"/> <b>Cuisine maison</b> : viandes entières de <b>porc</b>, de <b>boeuf</b>, de <b>veau</b> et de <b>volaille</b> : <b>origine France</b>, décret n°2022-65. Les repas sont préparés <b>maison</b> et sur place chaque jour par un(e) cuisinier(e) à partir d'une majorité de <b>produits frais</b>. 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>
--	--	--	--