

Menus du 2 au 6 mars 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Boulettes de soja sauce champignons ● Boulgour  ● Vache picon ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Taboulé aux fruits secs ● Sauté de porc au chorizo  ● Haricots beurre ● Entremets à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> ● Paupiette de veau sauce provençale ● Poêlée de pommes de terres aux choux fleurs ● Fromage ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Carottes râpées vinaigrette ● Filet de dinde rôti, jus au thym ● Lentilles cuisinées  ● Yaourt sucré 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Parmentier de poisson frais ● Salade verte  ● Mimolette ● Fruit de saison

Menus du 9 au 13 mars 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ● Émincé de bœuf aux oignons sauce soja ● Riz  ● Emmental ● Pêche au sirop 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Soupe de tomates au vermicelle ●● Poisson pané ●● Pommes vapeur et épinards crème curry ● Yaourt aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade d'agrumes ●● Pizza aux 3 fromages ● Salade verte  ● Fromage blanc 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Feuilleté au fromage ● Jambon grillé sauce Madère ● Petits pois carottes ● Compote de pommes aux amandes 	<ul style="list-style-type: none"> ● Omelette ●● Farfalles au beurre  ● Cantadou ail et fines herbes ● Fruit de saison

* Segments de pomelos et d'oranges.

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 16 au 20 mars 2020

Coupe du monde de Biathlon - Oslo

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> Salade de pois chiches à la Grecque* Boulettes d'agneau aux 4 épices Carottes persillées Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Velouté de légumes Lasagnes aux lentilles  Salade verte  Crème dessert à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> Poulet rôti Flageolets cuisinés Fromage Compote de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de chou chinois * Bœuf massalé Semoule parfumée  Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Rillettes de sardines Gratin de pommes de terre saumon aneth Salade iceberg Fromage blanc aux myrtilles 

* Pois chiches, féta, huile d'olive, échalote, cumin.

* Chou chinois râpé, épaule, dés de fromages, vinaigrette.

Menus du 23 au 27 mars 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> Steak haché Frites fraîches Edam Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Pâté de campagne, cornichon Quiche au thon tomate mozzarella Salade verte  Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Potage parmentier aux croûtons Émincé de porc aux pruneaux Choux de Bruxelles Flan nappé au caramel 	<ul style="list-style-type: none"> Carottes râpées vinaigrette Riz Cantonnais  (Riz, petits pois, œuf, oignons confits) Yaourt sucré 	<ul style="list-style-type: none"> Curry de dinde au lait de coco Haricots verts Chanteneige Gâteau d'anniversaire 

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

-  Fruits et légumes
-  Céréales, légumes secs
-  Produit sucré
-  Viande, poisson, œuf
-  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 mars au 3 avril 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ●● Salade de risettis au surimi ● Blanquette de volaille aux champignons ● Carottes vichy ●● Liégeois au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Velouté de pois cassés au fromage frais ● Penne rigate  ●● Sauce tomate* ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Salade de pommes de terre aux œufs ● Boulettes de bœuf ● Petits pois au bouillon ● Yaourt sucré 	<ul style="list-style-type: none"> ● Concombres vinaigrette ● Rôti de porc sauce moutarde ●● Gratin de choux fleur ●● Riz au lait 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Salade aux dés d'emmental et croûtons ● Filet de poisson frais sauce citronnée ●● Blé pilaf  ● Fruit de saison

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

Menus du 6 au 10 avril 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> ●● Rougail saucisse ● Riz créole  ● Gouda ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Tortis multicolores aux dés de fromage ● Bœuf bourguignon ● Duo de haricots sautés aux oignons ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Endives aux pommes ● Farfalles  ● Carbonara de poisson ●● Entremets 	<ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves à l'échalote  ● Couscous de poulet ●● Semoule et légumes couscous ● Yaourt aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Carottes et mimolette râpées ●● Tortilla (œuf, pdt rissolées, oignons) ● Salade verte  ●● Cocktail de fruits au sirop

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré
- Viande, poisson, œuf
- 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.