

MENUS RESIDENCE AUTONOMIE SEPTEMBRE

lundi 31	mardi 1	mercredi 2	jeudi 3	vendredi 4	samedi 5	dimanche 6
	Betteraves vinaigrette échalottes	Pâté de campagne, cornichon	Taboulé fraîcheur	Tomates, huile d'olive balsamique	Salade de gésiers	Terrine de Poisson sauce cocktail
	Gratin de pâtes au fromage et jambon	Dos de colin sauce citron	Filet de dinde mariné façon tanddori	Omelette	Joue de porc moutarde à l'ancienne	Bœuf aux petits oignon
	à la tomate°	Pommes de terre persillé	Ratatouille compotée	Pommes de terre rissolées et salade verte	Carottes vichy	Printanière de légumes
	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Emmental	Comté
	Glace	Fruit de saison	Yaourt fermier à mouler	Compote de pommes	Crème à la vanille	Tartelette au chocolat



☑ **Chez Armonys, on cuisine!** : Nos repas sont préparés avec soin par une équipe de cuisine engagée, à partir d'une majorité de **produits frais**. **Viandes crues** de bœuf, porc, agneau/mouton et volaille servies en l'état (hors viandes hachées et préparations de viande) : **Origine France**, conformément au décret n°2022-65. Menus susceptibles d'évoluer selon l'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 ou de consulter le classeur des allergènes mis à votre disposition.

MENUS RESIDENCE AUTONOMIE SEPTEMBRE

lundi 7	mardi 8	mercredi 9	jeudi 10	vendredi 11	samedi 12	dimanche 13
Céleri rémoulade	Melon	Carottes râpées	Perles marines°	Concombres crème ciboulette	Tomates mozzarella	Rillettes de sardine
Chili con carne au bœuf	Parmentier de canard	Tomate farcie	Sauté de porc sauce charcutière	Filet de poisson sauce aurore	Blanquette de veau	Pavé de saumon crème oseille
Riz pilaf	Salade verte	Semoule au bouillon de tomate	Haricots plats aux oignons	Pomme vapeur	Poêlée méridionale	Tagliatelle
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Cantal	Galet de loire
Fruit de saison	Crème au chocolat	Compote de fruits	Entremet à la noisette	Fruit de saison	Salade de fruits	Baba au rhum

° Perles, surimi,
poivron rouge, sauce
yaourt citronnée.



✓ **Chez Armonys, on cuisine!** : Nos repas sont préparés avec soin par une équipe de cuisine engagée, à partir d'une majorité de **produits frais**. **Viandes crues** de bœuf, porc, agneau/mouton et volaille servies en l'état (hors viandes hachées et préparations de viande) : **Origine France**, conformément au décret n°2022-65. Menus susceptibles d'évoluer selon l'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 ou de consulter le classeur des allergènes mis à votre disposition.

MENUS RESIDENCE AUTONOMIE SEPTEMBRE

lundi 14	mardi 15	mercredi 16	jeudi 17	vendredi 18	samedi 19	dimanche 20
Radis à croquer, beurre	Haricots verts et tomates	Macédoine de légumes, mayonnaise	Tomates à l'échalote	Feuilleté au fromage aux graines de pavot	Salade de rillaud	Asperge crème balsamique
Penne rigate	Haut de cuisse de poulet rôti	Moussaka	Gratin de pommes de terre	Massalé de dinde légumes° aux pois chiches	Escalope de dinde	Rôti de porc au jus
Sauce catalane de la mer°	Petits pois carottes, crème dijonnaise	Au bœuf et lentilles blondes	Au jambon et sa salade verte	Riz doré	Haricots verts	Céleri rôti
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	St Albray	Bûche du pilat
Flan nappé au caramel	Fruit de saison	Cookie aux noix	Compote de pommes	Fruit de saison	Crème à la madeleine	Cheesecake

° Sauce tomate,
oignons, poivrons,
fromage frais,
maquereau émietté.

° Courgettes, aubergines,
poivrons, carottes, curry,
garam massala.



✓ **Chez Armonys, on cuisine!** : Nos repas sont préparés avec soin par une équipe de cuisine engagée, à partir d'une majorité de **produits frais**. **Viandes crues** de bœuf, porc, agneau/mouton et volaille servies en l'état (hors viandes hachées et préparations de viande) : **Origine France**, conformément au décret n°2022-65. Menus susceptibles d'évoluer selon l'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 ou de consulter le classeur des allergènes mis à votre disposition.

MENUS RESIDENCE AUTONOMIE SEPTEMBRE

lundi 21	mardi 22	mercredi 23	jeudi 24	vendredi 25	samedi 26	dimanche 27
Salade piémontaise au cervelas°	Betteraves ciboulette	Salade de mini penne°	Céleri rémoulade	Concombres, crème à l'aneth	Salade d'endives aux bleu & noix	Macédoine au thon
Filet de colin sauce poivron	Emincé de porc aux courgettes	Sauté de veau	Boulettes de bœuf	Émincé de dinde sauce basquaise	Langue de bœuf sauce piquante	Filet de poulet sauce forestière
Blé tendre	Purée de patates douces	Aux petits légumes	Semoule et légumes couscous tomates	Poêlée de haricots verts	Duo haricots vert et beurre	Gratiné de brocolis
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Tome grise	Chaussé aux moines
Fruit de saison	Glace melba	Panna cotta	Eclair au café	Fruit de saison	Fromage blanc aux coulis de mangue	Gâteau praliné rose

° Pommes de terre, cervelas, tomates, cornichons, mayonnaise.

° Mini penne rigate, dés de tomates, poivrons, graines de tournesol, vinaigrette.



✓ Chez Armonys, on cuisine! : Nos repas sont préparés avec soin par une équipe de cuisine engagée, à partir d'une majorité de **produits frais**. **Viandes crues** de bœuf, porc, agneau/mouton et volaille servies en l'état (hors viandes hachées et préparations de viande) : **Origine France**, conformément au décret n° 2022-65. Menus susceptibles d'évoluer selon l'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 ou de consulter le classeur des allergènes mis à votre disposition.

MENUS RESIDENCE AUTONOMIE SEPTEMBRE

lundi 28	mardi 29	mercredi 30	jeudi 1	 CETTE ANNÉE, NOS ASSIETTES FONT UN TOUR DE FRANCE ! DÉCOUVRE LES SAVEURS DE NOS BELLES RÉGIONS !	samedi 3	dimanche 4
Taboulé à l'orientale	Carottes râpées vinaigrette	Haricots verts sauce gribiche	Salade de tomates au maïs	Macédoine mayonnaise	Œufs durs mimosa	Salade de gésiers
Poisson meunière sauce tartare	Lasagne	Émincé de dinde sauce blanche	Rougail saucisse	Hochepot (bœuf braisé)	Jambon braisé marchand de vin	Pavé de merlu au thym
Petits pois carottes	Salade verte	Pommes de terre rissolées	Riz créole	Aux légumes d'automne° et orge perlé	Haricots blanc carottes	Légumes de tajine
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Camembert	Bleu
Fromage blanc à la confiture	Fruit de saison	Yaourt à la vanille	Fruit de saison	Tarte tatin	Crème madeleine	Saint-Honoré



☑ **Chez Armonys, on cuisine!** : Nos repas sont préparés avec soin par une équipe de cuisine engagée, à partir d'une majorité de **produits frais**. **Viandes crues** de bœuf, porc, agneau/mouton et volaille servies en l'état (hors viandes hachées et préparations de viande) : **Origine France**, conformément au décret n° 2022-65. Menus susceptibles d'évoluer selon l'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 ou de consulter le classeur des allergènes mis à votre disposition.

MENUS RESIDENCE AUTONOMIE OCTOBRE

lundi 5	mardi 6	mercredi 7	jeudi 8	vendredi 9	samedi 10	dimanche 11
Carottes râpées	Salade piémontaise	Concombres alpins (fromage blc, moutarde, jus de citron)	Saucisson à l'ail, cornichons	Salade césar au poulet	Rillettes du Mans	Macédoine au saumon
Légumes tajines et pommes de terre	Filet meunière	Hachis parmentier de bœuf	Quiche méditerranéenne °	Poisson sauce moutarde à l'ancienne	Rôti de bœuf	Cuisse de pintade aux olives
Merguez	Chou fleur rôti béchamel	Duo de purées (pdt, carottes) et salade verte	Salade verte	Pommes de terre rissolées	Haricots beurre à l'ail	Battonnière de légumes
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Bûchette de chèvre	Saint nectaire
Fruit de saison	Liégeois au chocolat	Fruit de saison	Compote pommes bananes	Yaourt fermier sucré	Compote pommes bananes	Tarte citron revisité

° tomate, oignons, poivrons, mozzarella, origan.



☑ **Chez Armonys, on cuisine!** : Nos repas sont préparés avec soin par une équipe de cuisine engagée, à partir d'une majorité de **produits frais**. **Viandes crues** de bœuf, porc, agneau/mouton et volaille servies en l'état (hors viandes hachées et préparations de viande) : **Origine France**, conformément au décret n°2022-65. Menus susceptibles d'évoluer selon l'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 ou de consulter le classeur des allergènes mis à votre disposition.

MENUS RESIDENCE AUTONOMIE OCTOBRE

Un jour, une recette!

lundi 12	mardi 13	mercredi 14	jeudi 15	vendredi 16	samedi 17	dimanche 18
Betterave, féta	Crêpe au fromage	Salade d'artichauts	Céleri rémoulade	Carottes râpées vinaigrette	Terrine de campagne	Salade d'Artichauts
Cordon bleu	Curry de poulet au lait de coco	Filet de poisson au court bouillon	Échine de porc rôtie	Sauté de dinde	Andouillette crème à la moutarde	Paupiette de veau sauce charcutière
Carottes	Riz	Gratin de butternut et châtaignes au fromage	Coquillettes d'octobre rose	Haricots verts persillés	Pommes grenailles	Lentilles
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Saint paulin	Comté
Crème de semoule au lait	Fruit de saison	Yaourt fermier sucré	Fruit de saison	Gâteau	Andros liégeois	Tiramisu



☑ **Chez Armonys, on cuisine!** : Nos repas sont préparés avec soin par une équipe de cuisine engagée, à partir d'une majorité de **produits frais**. **Viandes crues** de bœuf, porc, agneau/mouton et volaille servies en l'état (hors viandes hachées et préparations de viande) : **Origine France**, conformément au décret n°2022-65. Menus susceptibles d'évoluer selon l'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 ou de consulter le classeur des allergènes mis à votre disposition.