

MENUS RESIDENCE AUTONOMIE NOVEMBRE

lundi 2	mardi 3	mercredi 4	jeudi 5	vendredi 6	samedi 7	dimanche 8
Carottes râpées, vinaigrette au miel	Salade de riz au pesto rouge°	Velouté tomates vermicelles	Betterave	Pâté de campagne, cornichon	Salade avocats et pamplemousse	Terrine de poisson sauce cocktail
Filet mignon de porc	Sauté de bœuf façon bourguignon	Risotto saucisse champignon	Filet de dinde sauce dijonnaise	Colombo de poisson	Sauté d'agneau	Cuisse de pintade aux raisins
Aux lentilles	Purée Patate douce		Duo de haricots	Écrasé aux 2 patates°	Polenta	Printanière de légumes
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Emmental	Comté
Fruit de saison	Liégeois au chocolat	Pain perdu	Fruit de saison	Compote pommes bananes	Crème pistache	Cheesecake speculoos

° Riz, courge rôtie,
concentré de tomate,
huile de colza, graines
de tournesol.

° Concassée de tomates,
carottes, oignons,
vermicelle.

° Patates douces,
pommes de terre.



☑ **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 NOVEMBRE

lundi 9	mardi 10	mercredi 11	jeudi 12	vendredi 13	samedi 14	dimanche 15
Haricots verts vinaigrette	Radis à croquer	11 NOVEMBRE  Armistice 1918	Soupe Indienne°	Rillettes de poisson sauce citronnée	Maquereau au vin blanc	Timbale de moule au pinot
Mijoté de porc aux olives vertes	Escalope poulet forestière		Colin sauce aux moules	Fricassée de poulet au jus de pomme	Cuisse de lapin	Boudin blanc au porto
Carottes vichy	Riz		Epinard à la crème	Légumes Anciens°	Gratin brocolis	Purée de pommes de terre et pomme
Fromage	Fromage		Fromage	Fromage	Brie	Cantal
Yaourt fermier aromatisé	Tarte au citron		Salade de fruits	Gâteau Breton	Mousse cappuccino	Paris Brest

° Lentilles corail, patate douce, lait de coco.

° PDT, Panais et carottes jaunes caramélisées



☑ **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 NOVEMBRE

lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19	vendredi 20	samedi 21	dimanche 22
Chou fleur vinaigrette	Salade d'endives aux pommes	Velouté de légumes	Céleri remoulade	Betteraves à l'échalote	Tarte à l'oignon	Terrine de poisson sauce tartare
Hachis de volaille	Cassoulet (saucisse, saucisson à l'ail)	Chou farci	Poisson meunière	Emincé de porc au curry	Langue de bœuf	Potée bretonne
Salade verte	De haricots blancs aux carottes	Pommes de terre & carottes au bouillon	Purée de brocolis et de pommes de terre	Riz	Pomme vapeur	aux légumes
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	St Albray	St Nectaire
Eclair	Riz au lait	Crème café	Fruit de saison	Yaourt fermier	Crème de madeleine	Forêt noire



☑ **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 NOVEMBRE

lundi 23	mardi 24	mercredi 25	jeudi 26	vendredi 27	samedi 28	dimanche 29
Asperges vinaigrette	Carottes râpées au citron	Bouillon vermicelle	Potage parmentier	Salade de mâche aux betteraves	Mousson de canard	Pamplemousse crevette
Sauté de porc sauce barbecue	Moelleux à la patate douce et saumon fumé	Poulet rôti façon tandoori	Gouline	Poisson frais crème citronnée	Paleron de bœuf braisé	Choucroute
Frites	Jardinière de légumes	Haricots verts persillés	Salade verte	Brunoise de légumes et PDT	Céleri roti	Alsacienne
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Tomme grise	Edam
Crème dessert	Mousse au chocolat	Flan	Crement d'anjou	Gateau	Crème caramel	Mille-feuille



☑ **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 DECEMBRE

lundi 30	mardi 1	mercredi 2	jeudi 3	vendredi 4	samedi 5	dimanche 6
Macédoine mayonnaise	Salade multicolore°	Salade coleslaw°	Velouté de potimarron	Céleri sauce aurore°	Œufs durs mimosa	Paté de campagne, cornichon
Jambon braisé	Filet de poisson et sauce au beurre	Haut de cuisse de poulet mariné	Pain de viande aux herbes° sauce napolitaine	Sauté de porc au jus	Pavé de saumon	Coq au vin
Pommes de terre à la crème de raclette	Butternut rôtie	Poêlée de haricots verts aux oignons	Frites	riz	Carottes vichy	Brocolis
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Camembert	Bleu
Fruit de saison	Île flottante	Gâteau de Savoie	Fruit de saison	Yaourt fermier aromatisé	Tarte au chocolat	Gâteau aux pommes caramel

° Pâtes multicolores,
maïs, échalote,
ciboulette, vinaigrette.

° Carottes, chou blanc,
fromage blanc,
vinaigrette.

° Bœuf haché et chair à
saucisse.

° Mayonnaise, fromage
blanc, concentré de
tomates.



✓ **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 DECEMBRE

lundi 7	mardi 8	mercredi 9	jeudi 10	vendredi 11	samedi 12	dimanche 13
Velouté de carottes au miel	Salade de lentilles, ciboulette et feta	Taboulé d'hiver	Foie gras - confiture de figue	Betteraves aux pommes	Sardine à la tomate	Terrine
Emincé de dinde sauce blanche (chaude)	Penne rigate	Hachis parmentier de bœuf	Cuisse de canard confit	Brandade de poisson frais	Lasagne potiron poulet	Sauté de canard
Riz pilaf	Duo de saucisses, sauce Arrabbiata	Au potimarron et salade verte	Gratin dauphinois indiv	Salade verte		Gratin dauphinois
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Coulomiers	Tomme grise
Fruit de saison	Compote de fruits	Crème à la vanille	Bûche glacée	Gâteau	Fromage blanc au coulis	Tarte pommes rhubarbe



☑ **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 DECEMBRE

lundi 14	mardi 15	mercredi 16	jeudi 17	vendredi 18	samedi 19	dimanche 20
Duo de râpés°, vinaigrette balsamique	Salade de pommes de terre°	Velouté de butternut	Mousse de saumon	Velouté de légumes	Salade pomme de terre hareng	Rillettes maquereaux citron vert
Boulettes de bœuf sauce tajine	Quiche lorraine	Lasagne	Filet de dinde rôti sauce crémeuse aux marrons	Filet de poisson	Rôti de porc orloff	Paëlla
Semoule et légumes tajine	Salade verte	Salade verte	Pommes duchesses	Poireaux à la crème	Poêlée de légumes	De la mer
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Fromage	Tommes des Pyrénées	Cantal
Flan nappé caramel	Fruit de saison	Poire chocolat	Dessert de Noël	Fruit de saison	Religieuse	Tiramisu

° Carottes et chou
chinois.

° Pdt, échalotes,
ciboulette, vinaigrette
au yaourt.



✓ **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 DECEMBRE

lundi 21	mardi 22	mercredi 23	jeudi 24	vendredi 25	samedi 26	dimanche 27
Betteraves à l'échalote	Céleri remoulade aux noix	Roulé jambon macédoine	Assiette aux deux saumons	JOYEUX NOËL 	Salade de crotins de chèvre aux lardons	Pain de poisson aux herbes
Crêpinette	Petit salé	Haut de cuisse de poulet mariné	Cuisse de canard confite		Rôti de veau	Sauté de porc
Ratatouille	aux lentilles	Petits pois aux oignons	Purée de pomme de terre, marrons		Haricots verts	Pommes de terre grenaille
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage		Saint Paulin	Brie
Fruit de saison	Yaourt à la vanille	Entremets chocolat	Bûche patissière		Ile flottante	Bavarois aux poires



✓ **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 DECEMBRE

lundi 28	mardi 29	mercredi 30	jeudi 31	vendredi 1	samedi 2	dimanche 3
Taboulé aux fruits secs	Carottes râpées, vinaigrette au miel	Roulé au fromage	Foie gras et pain d'épices	BONNE ANNÉE  Meilleurs vœux 2027	Maquereaux à la tomate	Gougere
Poisson blanc	Coquillette	Sauté de porc à la moutarde	Cassollette de la mer St jacques, champignon et crevettes		Sauté de lapin à la crème	Pot au feu
Butternut rôtie	Sauce bolognaise	Haricots verts persillés	Tagliatelles		Poêlée de légumes	Et ses légumes
Fromage	Fromage	Fromage	Fromage		Edam	Tommes de Pyrénées
Fruit de saison	Pain perdu	Riz au lait crémeux	Dessert festif		Fruit de saison	Profiterole



✓ **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.