

Commune de Malansac

Nos menus intègrent en rythme annuel 50% de produits de qualité supérieure (Bio, AOC, AOP, Haute Valeur Environnementale, etc...) dont 30% de bio minimum.



Menus du 3 du 7 novembre 2025

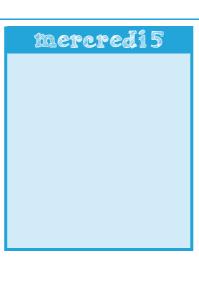
Betteraves à l'échalote Curry de pois chiches au lait de coco Semoule Mimolette

Fruit de saison

Cake au cheddar et Cantal Râgout de porc mijoté aux carottes et thym

Petits pois aux oignons

Compote de pommes



Bouillon de bœuf au vermicelle Poulet de Janzé rôti Haricots beurre persillés Brie Liégeois au chocolat



Menus du 10 du 14 novembre 2025

Velouté de légumes Bœuf haché sauce forestière Épinards à la crème et blé tendre Coulommiers Fruit de saison





Carottes râpées, vinaigrette au miel Macaronis Crème de potimarron aux lingots et muscade Smoothie à la banane



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



☑ 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.



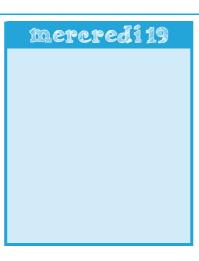
Commune de Malansac

Nos menus intègrent en rythme annuel 50% de produits de qualité supérieure (Bio, AOC, AOP, Haute Valeur Environnementale, etc...) dont 30% de bio minimum.



Menus du 17 du 21 novembre 2025

lundi 17 mardi 18 Salade d'endives aux Velouté de butternut pommes Filet de poisson pané au Typavégétal, sce Napolitaine citron frais Riz et carottes à la crème Frites Bûche laitière Fruit de saison Crème à la vanille



jeudi 20 Salade coleslaw° Échine de porc rôtie sauce moutarde Haricots verts à la forestière Tome Montcadi Pain perdu ° Carottes, chou blanc, crème fraîche, vinaigrette.



Menus du 24 du 28 novembre 2025

lundi 24

- Carottes râpées, vinaigrette balsamique
- Émincé de dinde sauce blanche aux épices kebab
- **Potatoes**
- Camembert
- Fromage blanc à la confiture

mardi 25

- Velouté de légumes aux pois cassés
- Pizza aux 3 fromages°
- Salade verte
- Fruit de saison

° Mozzarella, emmental, Cantal.

mercredi26

jeudi 27

- Salade de pommes de terres
- Bœuf aux olives vertes
- Petits pois carottes
- **Emmental**
- Compote pommes bananes

Pommes de terre, échalotes, ciboulette, vinaigrette au

Vendredi 28

- Betteraves aux pommes
- Filet de poisson frais crème citronnée
- Gratin de potiron
- Tome grise
- Gâteau d'anniversaire



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



☑ 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.



Commune de Malansac

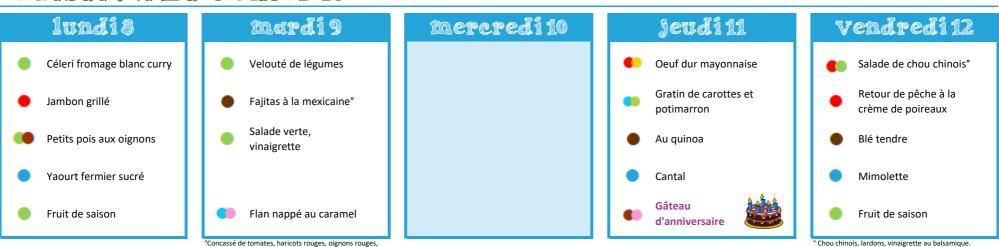
Nos menus intègrent en rythme annuel 50% de produits de qualité supérieure (Bio, AOC, AOP, Haute Valeur Environnementale, etc...) dont 30% de bio minimum.



Menus du 1 au 5 décembre 2025

Vendredi 5 lundi 1 mardi 2 mercredi3 jeudi4 Pâté de campagne, Velouté de lentilles corail au Taboulé aux fruits secs Toast au houmous citronné cornichon cumin^c Calamars à la romaine Sauté de dinde Vallée Omelette au coulis de Penne rigate sauce tartare d'Auge tomates Sauce crémeuse fromagère Brocolis et boulgour Purée crécy au beurre Pommes noisettes Petit suisse aux fruits Tomme blanche Yaourt fermier aromatisé île flottante Fruit de saison Fruit de saison ° Carottes, lentilles corail, oignons, crème, cumin

Menus du 8 au 12 décembre 2025



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



☑ 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.



Commune de Malansac

Nos menus intègrent en rythme annuel 50% de produits de qualité supérieure (Bio, AOC, AOP, Haute Valeur Environnementale, etc...) dont 30% de bio minimum.



Menus du 15 au 19 décembre 2025

lundi 15

- Potage de légumes
- Risotto de pâtes semi-complètes
- Aux champignons et fromage
- Emmental
- Fruit de saison

mardi 16

- Salade de mâche et betteraves ciboulette
- Cassoulet (saucisse, saucisson ail)
- De haricots blancs aux carottes
- Fromage blanc à la cassonade

mercredi 17



Vendredi 19

- Assortiment de crudités
- Acras de poisson sauce citron
- Riz pilaf, julienne de carottes et poireaux
- Saint Nectaire
- Yaourt fermier aromatisé















- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré
- Viande, poisson, oeuf
- Produit laitier
- Matière grasse cachée



☑ 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.