



# RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Saint-Malo-de-Guersac



## Menus du 1 au 5 septembre 2025

### lundi 1

- Pastèque
- Farfalles
- Bolognaise
- Fromage
- Roulé à la confiture de fraises

### mardi 2

- Feuilleté au fromage
- Émincé de dinde à l'estragon
- Haricots verts persillés
- Petit suisse sucré

### mercredi 3

- Pommes de terre à l'échalote et ciboulette
- Quiche aux fromages
- Salade verte
- Fromage
- Glace

### jeudi 4

- Salade de riz estivale\*
- Échine de porc rôtie, sauce brune
- Petits pois aux oignons
- Yaourt vanille

### vendredi 5

- Salade de chou pointu
- Retour de pêche sauce moutarde à l'ancienne
- PDT vapeur
- Fromage
- Fruit de saison

\* Riz, tomates, maïs, échalotes, ciboulette, vinaigrette au Xéres.

## Menus du 8 au 12 septembre 2025

### lundi 8

- Melon
- Rougail saucisse
- Riz créole
- Fromage
- Fruit de saison

### mardi 9

- Tomates, huile d'olives au balsamique et basilic
- Quiche cheddar & courgettes
- Salade verte
- Compote pommes bananes

### mercredi 10

- Carottes râpées
- Fajitas de volaille
- Poêlée de haricots rouges à la mexicaine
- Fromage
- Fruit de saison

### jeudi 11

- Taboulé à la menthe
- Poisson meunière au citron frais
- Ratatouille niçoise
- Yaourt fermier aux fruits
- Fruit de saison

### vendredi 12

- Betteraves aux pommes
- Bœuf massalé
- Carottes et blé tendre
- Crème à la vanille

### 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.

☑ **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.



# RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Saint-Malo-de-Guersac



## Menus du 15 au 19 septembre 2025

### lundi 15

- Perles marines
- Parmentier de
- lentilles et tomates
- Fromage
- Glace

\*Perles, surimi, poivron rouge, sauce yaourt citronnée ciboulette.

### mardi 16

- Salade aux dés de mimolette et croûtons
- Sauté de porc sauce coco gingembre
- Haricots verts aux oignons
- Petit suisse aux fruits

### mercredi 17

- Melon
- Moussaka
- au bœuf
- Fromage blanc sucré
- Pâtisserie

### jeudi 18

- Blé à la provençale\*
- Pilon de poulet
- Purée PdT / Patate douce
- Liégeois au chocolat

\*Blé, tomates, olives émincées, vinaigrette.

### vendredi 19

- Rillettes cornichon
- Filet de poisson frais sauce poivron chorizo
- Tortis
- Fromage
- Fruit de saison

## Menus du 22 au 26 septembre 2025

### lundi 22

- Pastèque
- Semoule aux pois chiches
- Aubergines et tomates rôties\*
- Yaourt fermier sucré

\*Aubergines, tomates, ail, huile d'olives, herbes aromatiques, servi avec un coulis de tomates.

### mardi 23

- Concombres, crème à l'aneth
- Filet de dinde mariné façon Tandoori
- Riz pilaf aux dés de courgettes
- Fromage
- Fruit de saison

### mercredi 24

- Saucisson à l'ail cornichon
- Dos de colin sauce piperade
- Boulgour
- Fromage
- Compote de fruits

### jeudi 25

- Salade composée\*
- Gratin Dauphinois
- Au jambon
- Fruit de saison

\* Feuille de chêne rouge émincée, dés de tomates, maïs, échalote, vinaigrette au Xéres.



- Tomates mozzarella
- Lasagnes à la bolognaise
- Salade, vinaigrette balsamique
- Panna cotta
- Aux fruits rouges

## 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.

✓ **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.



# RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Saint-Malo-de-Guersac



## Menus du 29 septembre au 3 octobre 2025

### lundi 29

- Carottes râpées vinaigrette
- Pizza méditerranéenne°
- Salade verte
- Fromage
- Fruit de saison

\* Sauce tomate, thon, tomates fraîches, oignons, ail, olives noires, origan.

### mardi 30

- Salade verte, emmental et maïs
- Colombo de courgettes aux lentilles corail
- Purée de patates douces
- Pâtisserie

### mercredi 1

- Radis beurre
- Tomate farçie
- Blé tendre au bouillon de tomate
- Fromage
- Glace

### jeudi 2

- Betteraves ciboulette
- Chili con carne
- Riz
- Fromage
- Salade de pommes et bananes au sirop

### vendredi 3

- Salade piémontaise au cervelas°
- Blanquette de dinde sauce normande
- Carottes et butternut rôtis aux herbes de provence
- Yaourt fermier sucré

\* Pommes de terre, cervelas, tomates, cornichons, mayonnaise.

## Menus du 6 au 10 octobre 2025

### lundi 6

- Tomates à l'échalote
- Gratin de pommes de terre sauce fromagère
- Salade verte
- Petit suisse
- Fruit de saison

\* Riz, haricots rouges, maïs, tomates, vinaigrette.

### mardi 7

- Pâté de campagne, cornichon
- Sauté de boeuf à la provençale
- Haricots beurre persillés
- Flan nappé au caramel

### mercredi 8

- Assortiment de crudités
- Émincé de volaille sauce blanche façon kebab
- Pommes rissolées
- Fromage
- Fruit de saison

### jeudi 9

- Concombres alpins°
- Galette Jambon et fromages
- Salade, vinaigrette au vinaigre de cidre
- Yaourt fermier aux fruits

\*Concombres, fromage blanc, moutarde, jus de citron.

### vendredi 10

- Céleri rapé
- Penne rigate
- Sauce carbonara de poisson frais
- Fromage
- Fruit de saison

### 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.

☑ **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 13 au 17 octobre 2025

## Un jour, une recette!

### lundi 13

-  Betteraves à l'échalote
  -  Mac and cheese revisité
  -  au potimarron et épices douces
  -  Fromage
  -  Fruit de saison
- 

### mardi 14

-  Céleri rémoulade au curry
  -  Haut de cuisse de poulet rôti aux herbes
  -  Potatoes au paprika
  -  Fromage blanc à la cassonade
- 
- 

### mercredi 15

-  Salade de tomates au maïs
  -  Boulettes de bœuf sauce tajine
  -  Brunoise de légumes d'automne\* et riz
  -  Fromage
  -  Compote de pommes au miel
- 






\* Carottes, courgettes, butternut.

### jeudi 16

-  Taboulé Libannais\*
  -  Filet meunière sauce tartare
  -  Chou fleur rôti au cumin
  -  Fromage
  -  Fruit de saison
- 

\* Boulgour, tomate, menthe, oignon, jus de citron, huile d'olives.

### vendredi 17

-  Salade croquante\*
  -  Jambon grillé
  -  Petits pois carottes, crème dijonnaise
  -  Moelleux chocolat courgette
- 

\* Concombre, radis, fromage frais, vinaigre de cidre.

*Toute l'équipe d'Armonys Restauration vous souhaite de bonnes Vacances!!!*

### 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.

✓ **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.