

Menus du 1 au 5 septembre 2025

lundi 1

- Pastèque
- Farfalles
- Sauce tomate à l'orientale°
- Cantal
- Glace

* Tomates concassées, oignons, ail, purée de pois chiches, épices douces.

mardi 2

- Cake au fromage
- Émincé de dinde à l'estragon
- Haricots verts à l'ail
- Fruit de saison

mercredi 3

- Pommes de terre à l'échalote et ciboulette
- Omelette paysanne°
- Salade verte
- Fromage
- Yaourt à la vanille

* Oignons et lardons

jeudi 4

- Salade de riz estivale°
- Échine de porc rôtie, sauce brune
- Petits pois aux oignons
- Brie
- Roulé à la confiture de fraises

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

vendredi 5

- Chou chinois en salade°
- Retour de pêche sauce moutarde à l'ancienne
- Frites
- Fruit de saison

* Chou chinois, tomates, dés de fromage, vinaigrette.

Menus du 8 au 12 septembre 2025

lundi 8

- Melon
- Rougail saucisse
- Riz créole
- Tome AOP
- Fruit de saison

mardi 9

- Tomates, huile d'olives au balsamique et basilic
- Quiche cheddar & courgettes
- Salade verte
- Crème à la vanille

mercredi 10

- Carottes râpées
- Fajitas de volaille au haricots rouges
- Salade verte
- 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 et dés d'emmental
- Bœuf massalé
- Carottes et blé tendre
- Brownie

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**. **Vianes 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 15 au 19 septembre 2025

lundi 15	mardi 16	mercredi 17	jeudi 18	vendredi 19
- Perles marines - Sauté de porc sauce coco gingembre - Haricots vert aux oignons - Glace	- Salade aux dés de mimolette et croûtons - Torti - Bolognaise de lentilles et tomates - Tomme catalane - Fruit de saison	- Melon - Moussaka - au bœuf - Fromage blanc sucré - Cake marbré	- Carottes rapées - Poulet rôti - Blé tendre au beurre - Crème dessert au chocolat	- Rillettes cornichon - Filet de poisson frais sauce poivron chorizo - Boulgour - Cantal - Fruit de saison

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

*Blé, tomates, olives émincées, vinaigrette.

Menus du 22 au 26 septembre 2025

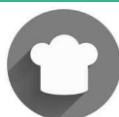
lundi 22	mardi 23	mercredi 24	jeudi 25	jeudi 25
- Pastèque - Tajine de légumes aux pois chiche - Semoule - Saint Nectaire - Yaourt fermier sucré	- Concombres au fromage frais - Filet de dinde mariné façon Tandoori - Riz pilaf aux dés de courgettes - Fruit de saison	- Saucisson à l'ail cornichon - Dos de colin sauce piperade - Pomme rissolée - Fromage - Compote de fruits	- Salade composée* - Gratin Dauphinois - Au jambon - Fruit de saison	- Tomates mozzarella - Lasagnes à la bolognaise - Salade, vinaigrette balsamique - Panna cotta - Aux fruits rouges

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

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

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 29 septembre au 3 octobre 2025

lundi 29	mardi 30	mercredi 1	jeudi 2	vendredi 3
● Betteraves ●● Pizza méditerranéenne° ● Salade verte ● Fruit de saison	● Carottes râpées vinaigrette ●● Colombo de courgettes aux lentilles corail ● Patates douces ● Emmental ●● Gâteau d'anniversaire 	● Radis beurre ●● Tomate farçie ● Blé tendre au bouillon de tomate ● Fromage ●● Glace	●● Chou chinois au dés de fromage, ciboulette ●● Chili con carne ● Riz ●● Salade de pommes et bananes au sirop	●● Salade piémontaise au cervelas° ●● Blanquette de dinde sauce normande ● Butternut rôtis aux herbes de provence ● Yaourt fermier sucré ● Fruit de saison

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

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

Menus du 6 au 10 octobre 2025

lundi 6	mardi 7	mercredi 8	jeudi 9	vendredi 10
● Salade mexicaine° ● Sauté de boeuf à la provençale ● Haricots verts persillés ● Yaourt fermier aux fruits	● Tomates à l'échalote ●● Gratin de pommes de terre sauce fromagère ● Salade verte ● Fromage blanc ● Fruit de saison	●● Pâté de campagne, cornichon ● Émincé de volaille sauce blanche façon kebab ● Riz pilaf ● Fromage ● Fruit de saison	●● Concombres au fromage blanc ●● Galette saucisse ● Salade, vinaigrette au vinaigre de cidre ● Coulommiers ● Fruit de saison	● Assortiment de crudités ● Penne rigate ● Sauce carbonara de poisson frais ●● Clafoutis aux fruits

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

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.

lundi 13

- Salade de tomates au maïs
- Mac and cheese revisité
- au potimarron et épices douces
- Fruit de saison

mardi 14

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

LA SEMAINE DU GOÛT

mercredi 15

- Betteraves à l'échalote
- Penne regate semi complète
- Sauce bolognaise aux légumes
- Fromage
- Compote de pommes au miel

* Carottes, courgettes, butternut.

jeudi 16

- Taboulé Libannais*
- Poisson meunière sauce tartare
- Carotte rôti au cumin
- Emmental
- Fruit de saison

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

vendredi 17

- Salade croquante*
- Jambon grillé
- Petits pois, crème dijonnaise
- Brie
- 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.