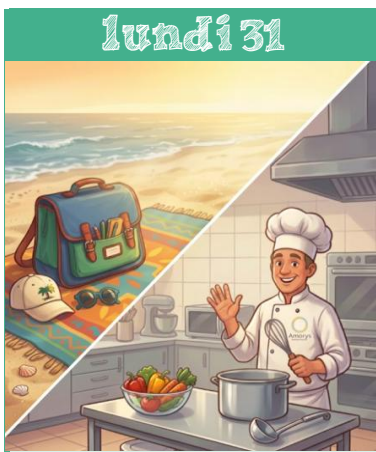


Menus du 31 août au 4 septembre 2026



lundi 31

mardi 1

mercredi 2

jeudi 3

vendredi 4

- Betteraves, vinaigrette à la framboise
- Mac&Cheese
- Sauce lentilles corail
- Fromage blanc
- Pastèque

- Pâté de campagne
- Dos de colin sauce piperade
- Boulgour
- Fromage
- Fruit de saison

- Taboulé fraîcheur
- Sauté de bœuf
- Ratatouille compotée
- Glace

- Tomates, huile d'olive balsamique
- Omelette paysanne*
- Pommes de terre rissolées
- Saint Paulin
- Compote de pommes au miel

* Macaronis gratinés sauce fromagère au cheddar.

* Lardons, oignons, ciboulette.

Menus du 7 au 11 septembre 2026

lundi 7

mardi 8

mercredi 9

jeudi 10

vendredi 11

- Céleri rémoulade au curry
- Chili con carne
- Riz pilaf
- Crème à la vanille

- Melon
- Parmentier de lentilles
- Courgettes et tomates
- Edam
- Fruit de saison

- Carottes râpées
- Tomate farcie
- Semoule au bouillon de tomate
- Fromage
- Compote de fruits

- Perles marines*
- Sauté de porc sauce coco gingembre
- Duo de haricots
- Roulé à la confiture

- Concombres crème ciboulette
- Flan de poisson frais sauce aurore
- Salade verte
- Mimolette
- Fruit de saison

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

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Viande, poisson, oeuf
- Céréales, légumes secs
- Produit laitier
- Produit sucré
- 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 ou de consulter le classeur mis à disposition.

Menus du 14 au 18 septembre 2026

lundi 14	mardi 15	mercredi 16	jeudi 17	vendredi 18
- Pastèque - Penne rigate - Sauce catalane de la mer° - Fromage blanc confiture	- Taboulé Libannais° - Poulet rôti - Petits pois carottes, crème dijonnaise - Tomme Montcadi - Fruit de saison	- Chiffonade de chou chinois - Gratin Dauphinois - Au jambon - Fromage - Compote de pommes	- Tomates à l'échalote - Moussaka - Au bœuf et lentilles blanches - Gâteau au yaourt	- Roulé au fromage - Massalé de légumes° aux pois chiches - Riz doré - Yaourt fermier sucré - Fruit de saison

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

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

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

Menus du 21 au 25 septembre 2026

lundi 21	mardi 22	mercredi 23	jeudi 24	vendredi 25
- Salade aux dés de mimolette et croûtons - Émincé de dinde raz el hanout - Légumes couscous tomates et semoule - Fruit de saison	- Betteraves ciboulette - Croque Mexicain° au cheddar - Salade verte - Panna cotta aux fruits rouges	- Salade de mini penne° - Galette saucisse - Salade verte - Fromage - Glace	- Salade piémontaise au cervelas° - Sauté de bœuf provençale - Poêlée de haricots verts champignons - Saint Nectaire - Fruit de saison	- Concombres, crème à l'aneth - Retour de pêche sauce poivron chorizo - Carottes et bé tendre - Camembert - Gâteau d'anniversaire

* Chili sin carne aux lentilles

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

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

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 ou de consulter le classeur mis à disposition.

Menus du 28 septembre au 2 octobre 2026

lundi 28

- Taboulé à l'orientale
- Filet de poisson pané sa tartare
- Petits pois à la française
- Tomme des Pyrénées
- Fruit de saison

mardi 29

- Assiette de crudités
- Penne semi-complète
- Bolognaise de haricot rouge
- Fromage blanc à la confiture

mercredi 30

- Salade croquante*
- Émincé de dinde aux épices kebab
- Pommes de terre rissolées
- Fromage
- Compote de pommes

jeudi 1

- Salade de tomates au maïs
- Rougail saucisse
- Riz créole
- Gouda
- Fruit de saison

Armonys
CETTE ANNÉE, NOS ASSIETTES FONT UN TOUR DE FRANCE !
DÉCOUVRE LES SAVEURS DE NOS BELLES RÉGIONS !

- Mousse de betteraves au fromage frais
- Hochepot (bœuf braisé)
- Aux légumes d'automne* et orge perlé
- Tarte tatin à la cassonade

LE NORD!

* Concombre, radis, vinaigrette au vinaigre de cidre.

* Carottes, butternut, poireaux

Menus du 5 au 9 octobre 2026

lundi 5

- Carottes râpées vinaigrette au miel
- Farfalles
- Sauce tomate à l'orientale*
- Yaourt fermier sucré
- Fruit de saison

mardi 6

- Boulgour à la provençale*
- Jambon grillé sauce forestière
- Chou fleur rôti au cumin
- Liégeois au chocolat

mercredi 7

- Saucisson à l'ail cornichon
- Pizza méditerranéenne*
- Salade verte
- Fromage
- Fruit de saison

jeudi 8

- Concombres alpins (fr blc, moutarde, jus de citron)
- Hachis parmentier de bœuf
- Duo de purées (pdt, carottes)
- Compote pommes bananes

vendredi 9

- Salade composée*
- Filet de poisson sauté moutarde à l'ancienne
- Frites
- Tomme blanche
- Fruit de saison

* Tomates concassées, oignons, ail, purée de pois chiches, cumin.

* Blé, tomates, olives émincées, vinaigrette au Xérès.

* Sauce tomate, chorizo, oignons, poivrons, mozzarella, origan.

* Feuille de chêne rouge émincée, dés de tomates, maïs, vinaigrette à l'échalote.

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 ou de consulter le classeur mis à disposition.

Menus du 12 au 16 octobre 2026

Un jour, une recette!

lundi 12	mardi 13	mercredi 14	jeudi 15	vendredi 16
- Céleri au fromage frais et jus de citron - Échine de porc rôtie - Coquillettes d'octobre rose - Fruit de saison	- Taboulé de chou fleur, pesto rouge tournesol - Curry de lentilles au lait de coco - Riz - Brie - Fruit de saison	- Velouté de légumes - Filet de poisson au court bouillon - Gratin de butternut et châtaignes au fromage - Yaourt fermier sucré - Fruit de saison	- Chou chinois au maïs - Filet de poisson meunière au ketchup des îles - Carottes glacées - Crème de semoule au lait	- Carottes râpées vinaigrette - Sauté de bœuf aux oignons - Haricots verts persillés - Emmental - Gâteau mystère du chef

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 ou de consulter le classeur mis à disposition.