

Menus du 2 au 6 mars 2026

lundi 2	mardi 3	mercredi 4	jeudi 5	vendredi 6
- Chili sin carne - Riz - Mimolette - Fruit de saison	- Céleri sauce fromage blanc curry - Boulettes de bœuf sauce Napolitaine - Purée Dubarry° - Yaourt aromatisé	- Haut de cuisse de poulet tandoori - Fondue de poireaux et blé au curcuma - Fromage - Fruit de saison	- Velouté de légumes au fromage frais - Sauté de porc sauce coriandre - Brocolis / Coquillettes - Liégeois au chocolat	- Feuilleté au fromage - Filet de poisson frais sauce crème citronnée - Carottes vichy - Fruit de saison

* Pommes de terre et chou fleur

Menus du 9 au 13 mars 2026

lundi 9	mardi 10	mercredi 11	jeudi 12	vendredi 13
- Taboulé d'hiver° - Émincé de dinde à la forestière - Haricots beurre - Crème à la vanille	- Parmentier aux lentilles corail et petits légumes° - Salade, vinaigrette au Xéres - Emmental - Fruit de saison	- Filet de poisson meunière sauce tartare - Épinards à la crème et boulgour - Saint Nectaire - Fruit de saison	- Fajitas de bœuf - et petits légumes - Fromage - Compote de fruits	- Batavia aux croûtons - Cassoulet du chef - Saucisson à l'ail et chipolata - Fromage blanc au miel

* Semoule, chou fleur haché, pommes.

* Carottes, céleri branche, oignons.

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 16 au 20 mars 2026

lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19	vendredi 20
- Macaronis sauce curry de pois chiches - Salade verte - Tomme blanche - Fruit de saison	- Salade de perles au surimi - Bœuf massalé - Julienne de légumes d'hiver* - Crème pâtissière aux éclats de m&m's	- Carottes râpées - Rougail saucisse - Riz - Yaourt à la vanille	- Soupe de tomates°, vermicelle - Poulet rôti - Haricots verts persillés - Yaourt fermier sucré	- Retour de pêche sauce Aurore - Potatoes - Gouda - Compote de pommes et bananes

*Carottes, panais, poireaux

* Bouillon de légumes, concassé de tomates, oignon, ail

Menus du 23 au 27 mars 2026

lundi 23	mardi 24	mercredi 25	jeudi 26	vendredi 27
- Sauté de dinde sauce au miel - Lentilles aux carottes - Saint Paulin - Fruit de saison	- Velouté de pommes de terre au panais - Calamars à la romaine - Riz pilaf aux poireaux façon risotto - Fran nappé au caramel	- Omelette au jambon - Pommes rissolées - Fromage - Salade de fruits frais	- Salade Sombbrero° - Gratin de pommes de terre aux 3 fromages°° - Salade verte vinaigrette - Fruit de saison	- Salade de chou chinois° - Échine de porc rôtie sauce moutarde - Petits pois à la française - Gâteau d'anniversaire

* Carottes râpées, haricots rouges, vinaigrette à la tomate. °°Mozzarella, emmental, Cantal.

* Chou chinois, mimolette, vinaigrette balsamique.

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 30 mars au 3 avril 2026

lundi 30	mardi 31	mercredi 1	jeudi 2	vendredi 3
- Salade multicolore* - Sauté de porc sauce charcutière - Haricots verts à l'ail - Yaourt fermier aromatisé	- Filet de dinde rôti au paprika doux - Semoule et légumes printaniers* - Tomme Montcadry - Fruit de saison	- Penne rigate - Sauce bolognaise - Fromage blanc - Fruit de saison	- Salade coleslaw - Fish and chips - Apple pudding 	- Quiche aux blancs de poireaux et curry - Salade verte - Emmental - Fruit de saison

* Tortis aux légumes, maïs, ciboulette, vinaigrette.

* Carottes, blettes, oignons, ail, bouillon de légumes au raz el hanout томатé.

Menus du 6 au 10 avril 2026

lundi 6	mardi 7	mercredi 8	jeudi 9	vendredi 10
	- Émincé de dinde sauce chorizo - Petits pois aux oignons et blé tendre - Edam - Fruit de saison	- Radis blanc rapé vinaigrette - Colombo de poisson - Carottes, poireaux et boulgour - Yaourt fermier sucré	- Concombres à la crème - Tortillas de patatas à la mozzarella - Salade mélangée - Fruit de saison	- Carottes rapées - Pizza à la mexicaine - Salade verte - Compote de pommes aux amandes

* Œufs, pommes de terre risolées, oignons, mozzarella, ciboulette.

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.