

Menus du 27 avril au 1 mai 2026

lundi 27	mardi 28	mercredi 29	jeudi 30	vendredi 1
<ul style="list-style-type: none"> Acras de morue sauce curry coco Boulgour Edam Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de croûtons et emmental Blanquette de légumes* aux graines de kasha Riz Compote pomme banane 	<ul style="list-style-type: none"> Betteraves vinaigrette Flammekueche Salade verte Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Bœuf aux olives Carottes vichy Tomme des Pyrénées Gâteau d'anniversaire  	

* Navet boule d'or, petits pois, champignons.

Menus du 4 au 8 mai 2026

lundi 4	mardi 5	mercredi 6	jeudi 7	vendredi 8
<ul style="list-style-type: none"> Salade chinoise* Émincé de dinde sauce colombo Semoule et poêlée de haricots verts Liégeois au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> Chipolatas grillées Purée de pommes de terre Gouda Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Dos de colin coulis de tomate Coquillettes Fromage Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Concombre, vinaigrette à la framboise Croque Mexicain* au cheddar Salade verte Yaourt fermier sucré 	

* Chou chinois, mimolette, vinaigrette au miel

* Chili sin carne aux lentilles

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 11 au 15 mai 2026

lundi 11	mardi 12	mercredi 13	jeudi 14	vendredi 15
<ul style="list-style-type: none"> ● Taboulé à la menthe ● Poisson pané sauce tartare ● Petits pois ● Crème à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> ● Penne rigate ● Sauce bolognaise de haricots rouges ● Tome Montcadi ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Feuillete au fromage ● Escalope de dinde aux champignons ● Riz doré ● Fruit de saison 		

Menus du 18 au 22 mai 2026

lundi 18	mardi 19	mercredi 20	jeudi 21	vendredi 22
<ul style="list-style-type: none"> ● Salade aux croûtons à l'ail emmental et noix ● Piccata Romana* ● Frites ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Concombres, crème à l'aneth ● Boulettes de bœuf tikka massala ● Épinards et boulgour ● Fromage blanc au miel et muesli 	<ul style="list-style-type: none"> ● Gratin de gnocchis au jambon ● Fromage ● Compote de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves à l'échalote ● Pizza aux 3 fromages et pesto rouge au tournesol* ● Salade verte, vinaigrette balsamique ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de riz printanière (riz maïs, petits pois, vgte jus de citron) ● Filet de poisson frais sauce crème ciboulette ● Duo de haricots persillés ● Yaourt fermier sucré

* Sauté de dinde, chorizo, poivrons, oignons, crème.

* Pâte à pizza, pesto (sauce tomate, ail, graines de tournesol, basilic), mozzarella, Cantal, emmental.

* Poisson frais sauce béchamel et emmental râpé sur lit de purée de carottes.

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 25 au 29 mai 2026

lundi 25	mardi 26	mercredi 27	jeudi 28	vendredi 29
	<ul style="list-style-type: none"> Salade verte au cheddar et oignons frits Dahl de lentilles corail à la provençale Riz pilaf Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Concombres vinaigrette Poulet roti Pomme rissolées Fromage blanc aux fraises 	<ul style="list-style-type: none"> Duo de râpés* Calamars à la romaine Blésotto aux courgettes et tomates Yaourt fermier aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de tomates féta Jambon grillé Petits pois carottes, crème dijonnaise Gâteau d'anniversaire 

* Carottes, radis blanc, vinaigrette citronnée.

Menus du 1 au 5 juin 2026

lundi 1	mardi 2	mercredi 3	jeudi 4	vendredi 5
<ul style="list-style-type: none"> Pâté de foie cornichon Gratin de coquillettes sauce béchamel A l'effiloché de dinde Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Rôti de porc jus au thym Haricots blancs aux carottes Mimolette Compote pomme rhubarbe 	<ul style="list-style-type: none"> Pastèque Boulette de bœuf Poêlée de courgettes aux oignons Donut's 	<ul style="list-style-type: none"> Pommes de terre à l'échalote et ciboulette Quiche tomate, mozzarella origan Salade verte Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Feuilleté roulé au chorizo Marée du jour sauce ratatouille Semoule couscous Fromage blanc à la cassonade

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 8 au 12 juin 2026

lundi 8

- Salade de mini farfalles au pesto
- Fricassée de dinde aux champignons
- Haricots verts à l'ail
- Flan nappé au caramel

mardi 9

- Toast chèvre, miel et kasha
- Tajine de légumes* aux pois chiches
- Boulgour
- Fruit de saison

* Carottes courgettes

mercredi 10

- Assortiment de crudités
- Omelette au ketchup
- Penne rigate
- Fromage blanc à la confiture

jeudi 11

- Salade verte, vinaigrette au vinaigre de cidre
- Galette saucisse
- Yaourt fermier sucré
- Gâteau au citron et graines de pavot

vendredi 12

- Filet de poisson frais
- Gratin de pommes de terre sauce moutarde à l'ancienne
- Brie
- Melon

lundi 15

- Pastèque
- Chili con carne
- Riz
- Glace

mardi 16

- Cake au cheddar et cantal
- Filet de poisson meunière, beurre citronné
- Petits pois aux dés de courgettes
- Fruit de saison

mercredi 17

- Concombre, crème moutardée
- Croque monsieur
- Salade verte, vinaigrette balsamique
- Fruit de saison

jeudi 18

- Tomates à l'échalote
- Ty Pavégétal estival*
- Salade verte
- Mousse au chocolat

*Pavé de légumineuses, céréales, légumes d'été, servi avec un coulis de poivrons.



vendredi 19

- Fidua**
- A la volaille**
- Tomme Catalane**
- Salade d'agrumes**

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 22 au 26 juin 2026

lundi 22	mardi 23	mercredi 24	jeudi 25	vendredi 26
<ul style="list-style-type: none"> Tortis semi-complètes Caviar d'aubergine et tomates Cantal Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Carottes râpées vinaigrette Sauté de bœuf au paprika Gratin de pommes de terre aux blettes Smoothie pomme fraises 	<ul style="list-style-type: none"> Quiche lorraine Salade verte Fromage Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Saucisson à l'ail Poulet rôti Ratatouille provençale Crème dessert au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> Curry de poisson frais* Blé tendre Tome grise Gâteau d'anniversaire 

*Lait de coco et pois gourmands

Menus du 29 juin au 3 juillet 2026

lundi 29	mardi 30	mercredi 1	jeudi 2	vendredi 3
<ul style="list-style-type: none"> Salade mexicaine* Sauté de porc sauce agenaise Carottes rôties au beurre et thym Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de tomates mozzarella au basilic Cari de courgettes aux 2 lentilles Riz de Camargue Compote de pommes 	<ul style="list-style-type: none"> Taboulé à l'orientale Cordon bleu Poelées de légumes Yaourt aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> Concombres crème ciboulette Brandade de poisson à la catalane* Salade verte Yaourt fermier aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> Sandwich Jambon  Chips Emmental Duo de pastèque et melon

* Riz, haricots rouges, mimolette, vinaigrette au ketchup.

* Confit de légumes (oignons, poivrons, pulpe de tomate).

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.