

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 ● à la tomate* ● Pastèque	● Dos de colin sauce piperade ● Boulgour ● Fromage ● Fruit de saison	● Filet de dinde mariné façon tandoori ● Ratatouille compotée et semoule ● Brie ● Glace	● Tomates mozzarella, huile d'olive balsamique ● Omelette paysanne* ● Pommes de terre rissolées ● Compote de pommes au miel

* Macaronis gratinés sauce fromagère au cheddar et tomates.

* Lardons, oignons, ciboulette.

Menus du 7 au 11 septembre 2026

lundi 7	mardi 8	mercredi 9	jeudi 10	vendredi 11
● Chili con carne ● Riz pilaf ● Gouda ● Fruit de saison	● Melon ● Parmentier de lentilles ● Courgettes et tomates ● Crème au chocolat	● Tomate farcie ● Semoule au bouillon de tomate ● Fromage ● Compote de fruits	● Perles marines* ● Sauté de porc sauce coco gingembre ● Haricots plats aux oignons ● Yaourt fermier sucré	● 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° de la mer° - Flan nappé au caramel	- Poulet rôti - Petits pois, crème dijonnaise et boulgour - Tomme Montcadi - Fruit de saison	- Carottes rapées - Moussaka - Au bœuf et lentilles blondes - Fromage blanc à la cassonade	- Tomates à l'échalote - Gratin Dauphinois - Au jambon - Compote de pommes	- Massalé de légumes° aux pois chiches - Riz doré - Saint Nectaire - Fruit de saison

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

* 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 de pommes de terre° - Émincé de dinde sauce basquaise - Poêlée de haricots verts aux champignons - Fruit de saison	- Betteraves ciboulette - Croque Mexicain° au cheddar - Salade verte - Panna cotta aux fruits rouges	- Salade de mini penne° - Galette saucisse - Salade verte - Glace	- Salade aux dés de mimolette et croûtons - Boulettes de bœuf - Légumes couscous tomates et semoule - Fruit de saison	- Retour de pêche sauce poivron chorizo - Carottes et bé tendre - Tomme des Pyrénées - Gâteau d'anniversaire 

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

* Chilli sin carne aux lentilles

* Mini penne rigate, dés de tomates, poivrons, graines de tournesol, 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 ou de consulter le classeur mis à disposition.

Menus du 28 septembre au 2 octobre 2026

lundi 28	mardi 29	mercredi 30	jeudi 1	Armonys CETTE ANNÉE, NOS ASSIETTES FONT UN TOUR DE FRANCE ! DÉCOUVRE LES SAVEURS DE NOS BELLES RÉGIONS !
- Taboulé à l'orientale - Poisson meunière sauce tartare - Petits pois à la française - Fromage blanc à la confiture	- Wraps crudités - Clafoutis de potimarron à la mozzarella - Salade verte - Fruit de saison	- Salade croquante* - Émincé de dinde sauce blanche aux épices kebab - Potatoes - Yaourt à la vanille	- Salade de tomates aux dés de fêta - Rougail saucisse - Riz créole - Fruit de saison	- Mousse de betteraves au fromage frais - Hochepot (bœuf braisé) - Aux légumes d'automne* et orge perlé - Tarte tatin à la cassonade 

* Concombre, radis, vinaigrette au vinaigre de cidre.

* Carottes, butternut, poireaux

Menus du 5 au 9 octobre 2026

lundi 5	mardi 6	mercredi 7	jeudi 8	vendredi 9
- Carottes râpées vinaigrette au miel - Farfalles - Sauce tomate à l'orientale* - Yaourt fermier sucré	- Boullgour à la provençale* - Jambon grillé sauce forestière - Chou fleur rôti au cumin - Liégeois au chocolat	- Hachis parmentier de bœuf - Duo de purées (pdt, carottes) - Fromage - Fruit de saison	- Concombres alpins (fromage blc, moutarde, jus de citron) - Pizza méditerranéenne* - Salade verte - Compote pommes bananes	- Poisson frais sœ moutarde à l'ancienne - Pomme vapeur - Saint Paulin - 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, mimolette 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
- Chou chinois au maïs - Accras de poisson au ketchup des îles - Carottes glacées - Crème de semoule au lait	- Taboulé de chou fleur, pesto rouge tournesol - Curry de lentilles au lait de coco - Riz - Yaourt fermier sucré	- Velouté de légumes - Filet de poisson au court bouillon - Gratin de butternut et châtaignes au fromage - Fruit de saison	- Échine de porc rôtie - Coquillettes d'octobre rose - Cantal - Fruit de saison	- Sauté de dinde à l'estragon - Haricots verts persillés - Edam - Gâteau mystère du chef

LA SEMAINE DU GÔT

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.