

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° ● Petit suisse ● Pastèque	●● Pâté de campagne, cornichon ● Dos de colin sauce piperade ● Boulgour ● Fromage ● Fruit de saison	● Taboulé fraîcheur ● Filet de dinde mariné façon tandoori ● Ratatouille compotée ●● Glace	● Tomates, huile d'olive balsamique ● Omelette ●● Pommes de terre rissolées ● Saint Paulin ● Compote de pommes au miel

* Macaronis gratinés sauce fromagère au cheddar et tomates.

Menus du 7 au 11 septembre 2026

lundi 7	mardi 8	mercredi 9	jeudi 10	vendredi 11
● Chili con carne au bœuf ● Riz pilaf ● Camembert ● Fruit de saison	● Melon ● Parmentier de lentilles ● Courgettes et tomates ● Edam ●● Yaourt fermier	● Carottes râpées ●● Tomate farci ● Semoule au bouillon de tomate ● Fromage ● Compote de fruits	●● Perles marines° ● Sauté de porc sauce coco gingembre ● Haricots verts ●● Feuilleté crème pâtissière au chocolat	● Concombres crème ciboulette ●● Galette saucisse / emmental ● 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
- 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 14 au 18 septembre 2026

lundi 14

-  Pastèque
-  Penne rigate
-  Sauce catalane de la mer°
-  Flan nappé au caramel

* Sauce tomate, oignons, poivrons, maquereau émietté, emmental rapé

mardi 15

-  Taboulé Libannais°
-  Roulé végétal
-  Petits pois carottes, crème dijonnaise
-  Tomme Montcadi
-  Fruit de saison

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

mercredi 16

-  Chiffonade de chou chinois
-  Moussaka
-  Au bœuf et lentilles blondes
-  Fromage blanc
-  Compote de pommes

jeudi 17

-  Tomates à l'échalote
-  Gratin Dauphinois
-  Au jambon
-  Emmental
-  Cookie pépites de chocolat

vendredi 18

-  Massalé de légumes° aux pois chiches
-  Riz doré
-  Petit suisse
-  Fruit de saison

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

Menus du 21 au 25 septembre 2026

lundi 21

-  Salade piémontaise au cervelas°
-  Émincé de dinde sauce basquaise
-  Poêlée de haricots verts aux champignons
-  Saint Nectaire
-  Fruit de saison

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

mardi 22

-  Lasagne de bolognaise
-  Salade verte
-  Panna cotta
-  Aux fruits rouges

mercredi 23

-  Salade de mini penne°
-  Galette de aricos rouge
-  Salade verte
-  Fromage
-  Glace

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

jeudi 24

-  Salade aux dés de mimolette et croûtons
-  Boulettes de lentilles
-  Légumes couscous tomates et semoule
-  Fruit de saison

vendredi 25

-  Concombres, crème à l'aneth
-  Retour de pêche sauce poivron chorizo
-  Carottes et bé tendre
-  Bûche lactière
-  Gâteau d'anniversaire



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

- Poisson pané sauce tartare
- Semoule & courgettes
- Tomme des Pyrénées
- Fromage blanc à la confiture

mardi 29

- Wraps aux carottes
- Clafoutis de potimarron à la mozzarella
- Salade verte
- Petit suisse aromatisé
- Fruit de saison

mercredi 30

- Salade croquante*
- Émincé de dinde sauce blanche aux épices kebab
- Potatoes
- Fromage
- Yaourt à la vanille

* Concombre, radis, vinaigrette au vinaigre de cidre.

jeudi 1

- Salade de tomates au maïs
- Chili sin carne
- 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

* 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

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

mardi 6

- Boulgour à la provençale*
- Jambon grillé sauce forestière
- Frites
- Edam
- Liégeois au chocolat

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

mercredi 7

- Saucisson à l'ail cornichon
- Hachis parmentier de bœuf
- Duo de purées (pdt, carottes)
- Fromage
- Fruit de saison

jeudi 8

- Pizza méditerranéenne
- Salade verte
- Mimolette
- Compote pommes bananes

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

vendredi 9

- Salade composée*
- Filet de poisson frais sce moutarde à l'ancienne
- Chou fleur rôti au cumin
- Fruit de saison

* Feuille de chêne, dés de 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

- Accras de poisson
au ketchup des îles
- Carottes
glacées
- Emmental
- Crème de semoule au lait



mardi 13

- Taboulé de chou fleur,
pesto rouge tournesol
- Curry de lentilles
au lait de coco
- Riz
- Brie
- Fruit de
saison



LA
SEMAINE
DU
GOÛT

mercredi 14

- Velouté de légumes
- Filet de poisson au court
bouillon
- Gratin de butternut et
chataignes au fromage
- Petit
suisse
- Fruit de saison



jeudi 15

- Chou chinois dès emmental,
maïs
- Sauce bolognaise végété*
- Coquillettes
d'octobre rose
- Fruit de saison



vendredi 16

- Carottes râpées vinaigrette
- Sauté de dinde à l'estragon
- Haricots verts persillés
- Yaourt fermier
sucré
- Gâteau mystère
du chef



Sauce tomates, lentilles, julienne de carottes

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.