

Menus du 31 août au 4 septembre 2026



lundi 31

mardi 1

- Betteraves, vinaigrette à la framboise
- Mac&Cheese
- à la tomate*
- Petit suisse
- Pastèque

* Macaronis gratinés sauce fromagère au cheddar et tomates.

mercredi 2

jeudi 3

- Taboulé fraîcheur
- Filet de dinde mariné façon tandoori
- Ratatouille compotée
- Glace

vendredi 4

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

* Œuf, oignons, ciboulette.

Menus du 7 au 11 septembre 2026

lundi 7

- Céleri rémoulade au curry
- Chili con carne au bœuf
- Riz pilaf
- Camembert
- Fruit de saison

mardi 8

- Melon
- Parmentier de lentilles
- Courgettes et tomates
- Crème au chocolat

mercredi 9

jeudi 10

- Perles marines*
- Sauté de porc sauce coco gingembre
- Haricots plats aux oignons
- Yaourt fermier sucré
- Feuilleté crème pâtissière au chocolat

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

vendredi 11

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

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

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

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

mardi 15

-  Taboulé Libannais°
-  Poulet de Janzé rôti
-  Petits pois carottes, crème dijonnaise
-  Tomme Montcadi
-  Fruit de saison

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

mercredi 16

jeudi 17

-  Tomates à l'échalote
-  Gratin Dauphinois
-  Au jambon
-  Emmental
-  Compote de pommes

vendredi 18

-  Roulé au fromage
-  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

-  Betteraves ciboulette
-  Croque Mexicain° au cheddar
-  Salade verte
-  Panna cotta
-  Aux fruits rouges

* Chili sin carne aux lentilles

mercredi 23

jeudi 24

-  Salade aux dés de mimolette et croûtons
-  Semoule aux pois chiches
-  Légumes couscous tomates
-  Fruit de saison

vendredi 25

-  Concombres, crème à l'aneth
-  Retour de pêche sauce poivron chorizo
-  Carottes et bé tendre
-  Bûche laitière
-  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

- Taboulé à l'orientale
- Filet poisson pané sauce tartare
- Petits pois à la française
- 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

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!

* 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
- Chou fleur rôti au cumin
- Liégeois au chocolat

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

mercredi 7

jeudi 8

- Concombres alpins (fromage blc, moutarde, jus de citron)
- Pizza méditerranéenne*
- Salade verte
- Mimolette
- Compote pommes bananes

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

vendredi 9

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

* 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

-  Chou chinois au maïs
-  Accras de poisson
au ketchup des îles
-  Carottes
glacées



-  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



mercredi 14

**LA
SEMAINE
DU
GOÛT**

jeudi 15

-  Céleri rémoulade
-  Échine de porc rôtie
-  Coquillettes
d'octobre rose
-  Cantal
-  Fruit de saison



vendredi 16

-  Carottes râpées vinaigrette
-  Sauté de dinde à l'estragon
-  Haricots verts persillés
-  Yaourt fermier
sucré
-  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
-  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.