

## Menus du 31 août au 4 septembre 2026

| lundi 31                                                                          | mardi 1                                                                                                                                                                                                  | mercredi 2 | jeudi 3                                                                                                                                                                                | vendredi 4                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Betteraves, vinaigrette</li> <li>● Torti complète</li> <li>● Sauce tomates et lentilles corail</li> <li>● Crème dessert chocolat</li> <li>● Pastèque</li> </ul> |            | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Taboulé fraîcheur</li> <li>● Filet de dinde mariné façon tandoori</li> <li>● Ratatouille compotée</li> <li>● Brie</li> <li>● Glace</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Tomates, huile d'olive balsamique</li> <li>● Omelette paysanne*</li> <li>● Pommes de terre rissolées</li> <li>● Saint Paulin</li> <li>● Pommes au miel</li> </ul> |

\* Lardons, oignons, ciboulette.

## Menus du 7 au 11 septembre 2026

| lundi 7                                                                                                                                                                               | mardi 8                                                                                                                                                                    | mercredi 9 | jeudi 10                                                                                                                                                                                                                                  | vendredi 11                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● Céleri rémoulade au curry</li> <li>● Chili con carne au bœuf</li> <li>● Riz pilaf</li> <li>● Camembert</li> <li>● Fruit de saison</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Melon</li> <li>● Parmentier de lentilles</li> <li>● Courgettes et tomates</li> <li>● Edam</li> <li>● Crème au chocolat</li> </ul> |            | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Perles marines*</li> <li>● Sauté de porc sauce coco gingembre</li> <li>● Haricots plats aux oignons</li> <li>● Yaourt fermier sucré</li> <li>● Feuilleté crème pâtissière au chocolat</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Concombres crème ciboulette</li> <li>● Flan de poisson frais sauce aurore</li> <li>● Salade verte</li> <li>● Mimolette</li> <li>● Fruit de saison</li> </ul> |

\* 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**. **Vianes 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

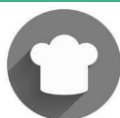
| lundi 14                                                                                                                                                          | mardi 15                                                                                                                                                          | mercredi 16 | jeudi 17                                                                                                                                                                                   | vendredi 18                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Pastèque</li> <li>Penne rigate</li> <li>Sauce catalane de la mer°</li> <li>Gouda</li> <li>Flan nappé au caramel</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Tomates à l'échalote</li> <li>Gratin Dauphinois</li> <li>Au jambon</li> <li>Emmental</li> <li>Compote de pommes</li> </ul> |             | <ul style="list-style-type: none"> <li>Taboulé Libannais°</li> <li>Poulet rôti</li> <li>Petits pois carottes, crème dijonnaise</li> <li>Tomme Montcadi</li> <li>Fruit de saison</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Roulé au fromage</li> <li>Massalé de légumes° aux pois chiches</li> <li>Riz doré</li> <li>Petit suisse</li> <li>Fruit de saison</li> </ul> |
| <small>* Sauce tomate, oignons, poivrons, fromage frais, maquereau émietté.</small>                                                                               |                                                                                                                                                                   |             | <small>* Boulgour, tomate, menthe, oignon, jus de citron, huile d'olives.</small>                                                                                                          | <small>* Courgettes, aubergines, poivrons, carottes, curry, garam massala.</small>                                                                                                |

## Menus du 21 au 25 septembre 2026

| lundi 21                                                                                                                                                                                                                      | mardi 22                                                                                                                                                                | mercredi 23 | jeudi 24                                                                                                                                                                                                                     | vendredi 25                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Salade piémontaise au cervelas°</li> <li>Émincé de dinde sauce basquaise</li> <li>Poêlée de haricots verts aux champignons</li> <li>Saint Nectaire</li> <li>Fruit de saison</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Betteraves ciboulette</li> <li>Croque sicilien°</li> <li>Salade verte</li> <li>Panna cotta</li> <li>Aux fruits rouges</li> </ul> |             | <ul style="list-style-type: none"> <li>Salade aux dés de mimolette et croûtons</li> <li>Boulettes de bœuf</li> <li>Légumes couscous tomates et semoule</li> <li>Yaourt fermier aromatisé</li> <li>Fruit de saison</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Concombres, crème à l'aneth</li> <li>Retour de pêche sauce poivron chorizo</li> <li>Carottes et bé tendre</li> <li>Bûche laitière</li> <li>Gâteau d'anniversaire </li> </ul> |
| <small>* Pommes de terre, cervelas, tomates, cornichons, mayonnaise.</small>                                                                                                                                                  | <small>* Tomates, béchamel, pesto, mozzarella</small>                                                                                                                   |             |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

### 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                                                                                                                                                           | <p>Armonys<br/><b>CETTE ANNÉE, NOS ASSIETTES<br/>FONT UN TOUR DE FRANCE !</b><br/>DÉCOUVRE LES SAVEURS DE NOS BELLES RÉGIONS !</p> <p>Mousse de betteraves<br/>au fromage frais</p> <p>Hochepot<br/>(bœuf braisé)</p> <p>Aux légumes<br/>d'automne* et orge perlé</p> <p>Munster</p> <p>Tarte tatin à<br/>la cassonade</p> <p>LE NORD!</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Taboulé à l'orientale</li> <li>Poisson pané sauce tartare</li> <li>Petits pois à la française</li> <li>Tomme des Pyrénées</li> <li>Fromage blanc à la confiture</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Wraps aux carottes</li> <li>Clafoutis de potimarron à la mozzarella</li> <li>Salade verte</li> <li>Petit suisse aromatisé</li> <li>Fruit de saison</li> </ul> |             | <ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de tomates au maïs</li> <li>Rougail saucisse</li> <li>Riz créole</li> <li>Gouda</li> <li>Fruit de saison</li> </ul> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

\* Carottes, butternut, poireaux

## Menus du 5 au 9 octobre 2026

| lundi 5                                                                                                                                                                                              | mardi 6                                                                                                                                                                                  | mercredi 7 | jeudi 8                                                                                                                                                                                                             | vendredi 9                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées vinaigrette au miel</li> <li>Farfalles</li> <li>Sauce tomate à l'orientale*</li> <li>Yaourt fermier sucré</li> <li>Fruit de saison</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Boulgour à la provençale*</li> <li>Jambon grillé sauce forestière</li> <li>Chou fleur rôti</li> <li>Edam</li> <li>Liégeois au chocolat</li> </ul> |            | <ul style="list-style-type: none"> <li>Concombres alpins (fromage blc, moutarde, jus de citron)</li> <li>Pizza méditerranéenne*</li> <li>Salade verte</li> <li>Mimolette</li> <li>Compote pommes bananes</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Salade composée*</li> <li>Filet de poisson frais sce moutarde à l'ancienne</li> <li>Frites</li> <li>Tomme blanche</li> <li>Fruit de saison</li> </ul> |

\* 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, 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.

**lundi 12**

-  Chou chinois au maïs
  -  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
- 
- 

**mercredi 14**



**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
-  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.