

Menus du 1 au 5 septembre 2025

lundi 1	mardi 2	mercredi 3	jeudi 4	vendredi 5
<ul style="list-style-type: none"> Farfalles Sauce tomate à l'orientale* Mimolette Glace 	<ul style="list-style-type: none"> Feuilleté au fromage Émincé de dinde à l'estragon Haricots verts persillés Petit suisse sucré Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Pommes de terre à l'échalote et ciboulette Omelette paysanne Salade verte Fromage Yaourt à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de riz estivale* Échine de porc rôtie, sauce brune Petits pois aux oignons Brie Roulé à la confiture de fraises 	<ul style="list-style-type: none"> Chou chinois en salade* Poisson meunière au citron frais Frites Fruit de saison

* Tomates concassées, oignons, ail, purée de pois chiches, épices douces.

* Riz, tomates, maïs, échalotes, ciboulette, vinaigrette au Xéres.

* Chou chinois, tomates, dés de jambon, vinaigrette.

Menus du 8 au 12 septembre 2025

lundi 8	mardi 9	mercredi 10	jeudi 11	vendredi 12
<ul style="list-style-type: none"> Melon Rougail saucisse Riz créole Tome Montcadi Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Tomates, huile d'olives au balsamique et basilic Quiche cheddar & courgettes Salade verte Compote pommes bananes 	<ul style="list-style-type: none"> Carottes râpées Fajitas végétarienne Aux haricots rouges à la mexicaine Fromage Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Taboulé à la menthe Retour de pêche sauce moutarde à l'ancienne Ratatouille niçoise Yaourt fermier aux fruits Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Bœuf massalé Carottes et blé tendre Bûche laitière Crème à la vanille

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**. **Vianades 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.

Nos menus intègrent 60% de produits de qualité supérieure (Bio, Label rouge, AOP, HVE, Bleu Blanc Coeur, MSC, produit fermier, etc.) dont 20% de bio minimum.

Menus du 15 au 19 septembre 2025

lundi 15	mardi 16	mercredi 17	jeudi 18	vendredi 19
<ul style="list-style-type: none"> ●● Perles marines ● Sauté de porc sauce coco gingembre ● Haricots plats aux oignons ●● Glace 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Salade aux dés de mimolette et croûtons ● Parmentier de ●● lentilles et tomates ● Petit suisse aux fruits ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Melon ●● Moussaka ● au bœuf ● Fromage blanc sucré ●● Cookie aux pépites de chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> ● Roulé végétal ● Carottes à la crème d'ail ● Fromage de chèvre ●● Liégeois au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Rillettes cornichon ● Filet de poisson frais sauce poivron chorizo ● Tortis ● Cantal ● Fruit de saison

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

*Blé, tomates, olives émincées, vinaigrette.

Menus du 22 au 26 septembre 2025

lundi 22	mardi 23	mercredi 24	jeudi 25	ITALIE
<ul style="list-style-type: none"> ● Semoule aux pois chiches ● Aubergines et tomates rôties* ● Saint Nectaire ● Yaourt fermier sucré 	<ul style="list-style-type: none"> ● Concombres, crème à l'aneth ● Filet de dinde mariné façon Tandoori ● Riz pilaf aux dés de courgettes ● Tomme des Pyrénées ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Saucisson à l'ail cornichon ● Dos de colin sauce piperade ● Boulgour ● Fromage ● Compote de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade composée* ●● Gratin Dauphinois ● aux œufs durs ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Tomates mozzarella ●● Lasagnes à la bolognaise ● Salade, vinaigrette balsamique ●● Panna cotta ● Aux fruits rouges

*Aubergines, tomates, ail, huile d'olives, herbes aromatiques, servi avec un coulis de tomates.

* Feuille de chêne rouge émincée, dés de tomates, maïs, échalote, vinaigrette au Xéres.



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.

Menus du 29 septembre au 3 octobre 2025

lundi 29	mardi 30	mercredi 1	jeudi 2	vendredi 3
<ul style="list-style-type: none"> Carottes râpées vinaigrette Pizza méditerranéenne* Salade verte Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Chou chinois au maïs Colombo de courgettes aux lentilles corail Purée de patates douces Mimolette Gâteau d'anniversaire 	<ul style="list-style-type: none"> Radis beurre Tomate végétarienne Blé tendre au bouillon de tomate Fromage Glace 	<ul style="list-style-type: none"> Chili con carne Riz Tomme grise Salade de pommes et bananes au sirop 	<ul style="list-style-type: none"> Salade piémontaise au cervelas* Blanquette de dinde sauce normande Carottes et butternut rôtis aux herbes de provence Yaourt fermier sucré Fruit de saison

* Sauce tomate, thon, tomates fraîches, oignons, ail, olives noires, origan.

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

Menus du 6 au 10 octobre 2025

lundi 6	mardi 7	mercredi 8	jeudi 9	vendredi 10
<ul style="list-style-type: none"> Sauté de boeuf à la provençale Haricots beurre persillés Bûche laitière Flan nappé au caramel 	<ul style="list-style-type: none"> Tomates à l'échalote Gratin de pommes de terre sauce fromagère Salade verte Petit suisse Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Assortiment de crudités Saucisse Pommes rissolées Fromage Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Concombres alpins* Galette fromage champignons Salade, vinaigrette au vinaigre de cidre Yaourt fermier aux fruits 	<ul style="list-style-type: none"> Pâté de campagne, cornichon Penne rigate Sauce carbonara de poisson frais Coulommiers Fruit de saison

* Riz, haricots rouges, maïs, tomates, vinaigrette.

* Concombres, fromage blanc, moutarde, jus de citron.

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



Chef 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 boeuf, 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.

Nos menus intègrent 60% de produits de qualité supérieure (Bio, Label rouge, AOP, HVE, Bleu Blanc Coeur, MSC, produit fermier, etc.) dont 20% de bio minimum.

Menus du 13 au 17 octobre 2025

lundi 13

- Betteraves à l'échalote
- Mac and cheese revisité 
- au potimarron et épices douces
- Fruit de saison

mardi 14

- Céleri rémoulade au curry 
- Haut de cuisse de poulet rôti aux herbes
- Potatoes au paprika
- Cantal
- Fromage blanc à la cassonade

LA SEMAINE DU GOÛT

mercredi 15

- Salade de tomates au maïs
- Boulettes de pois chiches sauce tajine
- Brunoise de légumes d'automne* et riz
- Fromage 
- Compote de pommes au miel

jeudi 16

- Taboulé Libannais*
- Poisson pané sauce tartare
- Chou fleur rôti au cumin 
- Emmental
- Fruit de saison

vendredi 17

- Jambon grillé
- Petits pois carottes, crème dijonnaise
- Brie
- Moelleux chocolat courgette 

* Carottes, courgettes, butternut.

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

* Concombre, radis, fromage frais, vinaigre de cidre.

*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.