

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 (pois chiches épices douces) Mimolette Roulé à la confiture de fraises 	<ul style="list-style-type: none"> Feuilleté au fromage Émincé de dinde à l'estragon Boulette de lentilles Haricots verts persillés Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Pommes de terre à l'échalote et ciboulette Omelette paysanne Purée de butternut Yaourt à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> Salade tomate et fromage Joues de porc, sauce brune Galette de haricots rouges Petits pois aux oignons Glace 	<ul style="list-style-type: none"> Retour de pêche sauce moutarde à l'ancienne Potatoes Boulette de pois chiches Emmental Fruit de saison
Fruit / pain beurre	Purée de fruits / pain chocolat	Fruit / pain fromage	Lait / céréales	Fruit / pain confiture

Menus du 8 au 12 septembre 2025

lundi 8	mardi 9	mercredi 10	jeudi 11	vendredi 12
<ul style="list-style-type: none"> Rougail saucisse Riz créole Falafel pois chiches 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"> Fajitas de volaille Poêlée de haricots rouges à la mexicaine Fajitas poêlée haricots rouges Fromage Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Taboulé à la menthe Poisson meunière au citron frais Galette lentilles Ratatouille niçoise Yaourt fermier aux fruits 	<ul style="list-style-type: none"> Melon Bœuf massalé Boulette pois chiches Carottes et blé tendre Crème à la vanille
Purée de fruits / pain chocolat	Fruit / Brioche	Purée de fruits / pain confiture	Fruit / gâteau maison	Purée de fruits / pain fromage

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 15 au 19 septembre 2025

lundi 15	mardi 16	mercredi 17	jeudi 18	vendredi 19
<ul style="list-style-type: none"> Salade de perles Joues de porc sauce coco gingembre Galette haricot rouge Haricots plats aux oignons Yaourt à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> Salade aux dés d'emmental et croûtons Parmentier de lentilles et tomates Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Melon Aubergine façon moussaka Nuggets pois chiches Émincé de boeuf Cookie aux pépites de chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> Salade quinoa tomate Poulet rôti Boulette de lentilles Carottes à la crème d'ail Crème dessert au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> Filet de poisson frais sauce poivron chorizo Tortis Omelette Cantal Fruit de saison
Fruit / pain fromage	Purée de fruits / pain confiture	Lait / céréales	Fruit / pain beurre	Purée de fruits / pain chocolat

Menus du 22 au 26 septembre 2025

lundi 22	mardi 23	mercredi 24	jeudi 25	vendredi 26
<ul style="list-style-type: none"> Pastèque Semoule aux pois chiches Aubergines et tomates rôties Yaourt fermier sucré 	<ul style="list-style-type: none"> Filet de dinde mariné façon Tandoori Courgettes / riz Pilaf Galette lentilles Tomme des Pyrénées Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Dos de colin sauce piperade Potimarron / boulgour Galette haricot rouge Fromage Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Concombres, crème à l'aneth Gratin Dauphinois Omelette Jambon blanc Fromage blanc vanille 	<ul style="list-style-type: none"> Tomates mozzarella Lasagnes à la bolognaise Lasagnes végétales Salade, vinaigrette balsamique Panna cotta au coulis de fruits rouges
Fruit / pain fromage	Purée de fruits / gâteau maison	Fruit / pain confiture	Lait / céréales	Fruit / pain chocolat



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

- Duo pastèque melon
- Poisson meunière sauce tartare
- Galette haricot rouge
- Haricots verts et pomme de terre
- Fruit de saison

Purée de fruits / pain fromage

mardi 30

- Chou chinois aux dés de mimolette
- Colombo de courgettes aux lentilles corail
- Coquillettes
- Gâteau d'anniversaire

Fruit / pain beurre

mercredi 1

- Tomate farçie
- Blé tendre au bouillon de tomate
- Boulette pois chiches
- Fromage
- Glace

Fruit / pain confiture

jeudi 2

- Chili con carne (émince de bœuf)
- Riz
- Chili végétarien
- Tomme grise
- Salade de pommes et bananes

Fruit / pain chocolat

vendredi 3

- Salade de pommes de terre
- Blanquette de dinde sauce normande
- Falafel
- Carottes et butternut rôtis aux herbes de provence
- Yaourt fermier sucré

Fruit / crêpe

Menus du 6 au 10 octobre 2025

lundi 6

- Tomate et œuf dur
- Gratin de pommes de terre / carottes sauce fromagère
- Salade verte
- Fruit de saison

Purée de fruits / pain chocolat

mardi 7

- Salade mexicaine (riz/haricots rouges)
- Sauté de boeuf à la provençale
- Galette lentilles
- Poêlée de légumes
- Flan nappé au caramel

Fruit / pain fromage

mercredi 8

- Émincé de volaille sauce blanche façon kebab
- Pommes rissolées
- Boulettes pois chiches
- Fromage
- Fruit de saison

Purée de fruits / pain confiture

jeudi 9

- Concombres alpins (sauce fromage blanc moutarde)
- Galette saucisse
- Galette fromage champignons
- Haricots verts persillés
- Yaourt fermier aux fruits

Lait / céréales

vendredi 10

- Penne rigate
- Sauce carbonara de poisson frais
- Omelette
- Edam
- Fruit de saison

Purée de fruit / pain beurre

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.

Menus du 13 au 17 octobre 2025

lundi 13

- Assiette de crudités
- Mac and cheese revisité
- Potimarron et épices douces
- Fruit de saison




mardi 14

- Céleri vinaigrette au curry
- Haut de cuisse de poulet rôti aux herbes
- Galette haricot rouge
- Potatoes au paprika
- Fromage blanc à la cassonade



mercredi 15

- Salade de tomates aux dés de fromage
- Boulettes de bœuf sauce tajine
- Boulette lentilles
- Brunoise de légumes d'automne et riz
- Compote de pommes au miel



jeudi 16

- Salade aux dés d'emmental
- Filet de poisson meunière
- Nuggets pois chiches
- Chou fleur rôti au cumin et boulgour
- Fruit de saison



vendredi 17

- Jambon grillé
- Petits pois carottes, crème dijonnaise
- Galette lentilles
- Gouda
- Moelleux chocolat courgette



Purée de fruits / pain confiture

Fruit / pain fromage

Fruit / pain chocolat

Purée de fruits / pain perdu

Fruit / pain beurre

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.