





### Menus du 2 au 6 mars 2026

lundi 2	mardi 3	mercredi 4	jeudi 5	vendredi 6
<ul style="list-style-type: none"> <li> Betteraves dés de fromage</li> <li> Chili sin carne</li> <li> Riz</li> <li> Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> Boulettes de bœuf lentilles sauce Napolitaine</li> <li> Quinoa / chou fleur</li> <li> Mijotée de lentilles sce Napolitaine</li> <li> Saint Paulin</li> <li> Compote de fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> Salade au fromage</li> <li> Pignons de poulet tandoori</li> <li> Pois chiches sce tandoori</li> <li> Fondue de poireaux et blé au curcuma</li> <li> Crème dessert au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> Velouté de légumes au fromage frais</li> <li> Sauté de porc sauce coriandre</li> <li> Galette de haricots rouges</li> <li> Panais / coquillettes</li> <li> Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> Filet de poisson frais sauce crème citronnée</li> <li> Carottes vichy et boulgour</li> <li> Omelette</li> <li> Fromage</li> <li> Fruit de saison</li> </ul>
 Purée de fruits / pain chocolat	 Fruit / pain beurre	 Fruit / riz au lait	 Purée de fruits / pain confiture	 Purée de fruits / pain fromage

### Menus du 9 au 13 mars 2026

lundi 9	mardi 10	mercredi 11	jeudi 12	vendredi 13
<ul style="list-style-type: none"> <li> Taboulé d'hiver (chou fleur, semoule, pomme)</li> <li> Émincé de dinde à la forestière</li> <li> Nuggets pois chiches</li> <li> Petits pois et carottes</li> <li> Crème à la vanille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> Radis beurre</li> <li> Parmentier aux lentilles corail et légumes* <small>*carotte, céleri branche, oignon</small></li> <li> Salade aux dés de fromage</li> <li> Compote de fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> Burrito au bœuf</li> <li> Petits légumes</li> <li> Burrito végétarien</li> <li> Fromage</li> <li> Banane</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> Potage de légumes au cumin</li> <li> Filet de poisson meunière sauce tartare</li> <li> Œuf dur</li> <li> Gratin pdt épinards</li> <li> Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> Salade croûtons emmental</li> <li> Cassoulet haricots blancs</li> <li> Cassoulet végétarien</li> <li> Saucisson à l'ail et chipolata</li> <li> Fromage blanc au miel</li> </ul>
 Fruit / pain fromage	 Fruit / pain chocolat	 Purée de fruits / lait chocolaté céréales	 Purée de fruits / pain fromage	 Fruit / brioche

### 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 16 au 20 mars 2026

lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19	vendredi 20
<ul style="list-style-type: none"> <li>Macaronis</li> <li>Sauce curry de pois chiches</li> <li>Tomme blanche</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade coleslaw</li> <li>Bœuf lentilles sce massalé</li> <li>Lentilles sce massalé</li> <li>Julienne de légumes (carottes, panais, poireaux) / quinoa</li> <li>Crème pâtissière aux éclats de m&amp;m's</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage de légumes</li> <li>Rougail saucisse</li> <li>Haricots rouges sce rougail</li> <li>Riz</li> <li>Yaourt à la vanille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Poulet rôti</li> <li>Haricots verts persillés / perles</li> <li>Falafels pois chiches</li> <li>Fromage</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Duo de râpés au fromage, vinaigrette à l'orange (carotte, radis blanc)</li> <li>Retour de pêche sauce Aurore</li> <li>Galette lentilles</li> <li>Potatoes</li> <li>Compote de pommes et bananes</li> </ul>
Purée de fruits / pain confiture	Fruit / pain beurre	Fruit / pain fromage	Purée de fruit / gâteau maison	Fruit / pain chocolat

### Menus du 23 au 27 mars 2026

lundi 23	mardi 24	mercredi 25	jeudi 26	vendredi 27
<ul style="list-style-type: none"> <li>Pâté de campagne / macédoine de légumes</li> <li>Sauté de dinde sauce au miel</li> <li>Omelette</li> <li>Pomme de terre et carottes</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Filet de poisson</li> <li>Riz pilaf aux poireaux façon risotto</li> <li>Boulettes de pois chiches</li> <li>Cantal</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tortilla de pommes de terre</li> <li>Poêlée de légumes d'hiver (carottes, panais)</li> <li>Fromage</li> <li>Salade de fruits frais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade Sombbrero (carotte, haricot rouge vinaigrette tomate)</li> <li>Parmentier de bœuf</li> <li>Parmentier végétarien</li> <li>Salade verte, vinaigrette à l'échalotte</li> <li>Crème dessert au caramel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de chou chinois fromage</li> <li>Échine de porc rôtie sauce moutarde</li> <li>Galette de haricots rouges</li> <li>Petits pois à la française</li> <li>Gâteau d'anniversaire</li> </ul>
Purée de fruits / pain fromage	Fruit / pain confiture	Purée de fruits / pain beurre	Purée de fruits / crêpe	Purée de fruits / pain beurre

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Céréales, légumes secs
- Produit sucré
- Viande, poisson, oeu
- 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 30 mars au 3 avril 2026

lundi 30	mardi 31	mercredi 1	jeudi 2	vendredi 3
<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade multicolore (tortis, maïs, dés fromage)</li> <li>Sauté de porc sauce charcutière</li> <li>Haricots rouges cuisinés</li> <li>Gratin de chou-fleur</li> <li>Riz au lait</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Filet de dinde rôti au paprika doux</li> <li>Semoule et légumes printaniers (carotte, blettes)</li> <li>Haricots blancs scc paprika doux</li> <li>Tomme Montcadry</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Betteraves dés de fromage</li> <li>Penne rigate</li> <li>Sauce bolognaise lentilles vertes</li> <li>Sauce bolognaise au bœuf et lentilles vertes</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade coleslaw</li> <li>Poisson meunière</li> <li>Nuggets pois chiches</li> <li>Potatoes</li> <li>Apple pudding</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Velouté de légumes</li> <li>Quiche aux blancs de poireaux et curry</li> <li>Salade verte dés fromage</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>
Fruit / brioche	Purée de fruit / chocolat	Purée de fruits / lait chocolaté céréales	Purée de fruit / pain beurre	Purée de fruit / pain beurre

### Menus du 6 au 10 avril 2026

lundi 6	mardi 7	mercredi 8	jeudi 9	vendredi 10
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rillettes de sardines fromage blanc / carottes râpées</li> <li>Émincé de dinde sauce chorizo</li> <li>Galette de pois chiches</li> <li>Petits pois aux oignons</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Céleri vinaigrette</li> <li>Colombo de poisson aux carottes et poireaux</li> <li>Lentilles carottes et poireaux</li> <li>Boullgour</li> <li>Yaourt fermier sucré</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Taboulé de chou-fleur</li> <li>Tortillas de patatas</li> <li>Fromage blanc aux fruits</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pizza au bœuf et patate douce</li> <li>Salade, vinaigrette balsamique</li> <li>Pizza patate douce fromage</li> <li>Cantal</li> <li>Compote de pommes aux amandes</li> </ul>
	Purée de fruit / pain fromage	Fruit / riz au lait	Purée de fruits / gâteau maison	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 ou de consulter le classeur mis à disposition.