

Menus du 1 au 5 septembre 2025

lundi 1	mardi 2	mercredi 3	jeudi 4	vendredi 5
- Pastèque - Farfalles - Sauce 3 fromages - Cake marbré - ou - Roulé à la confiture de fraises	- Feuilleté au fromage - ou - Toast de chèvre et miel - Émincé de dinde à l'estragon - Haricots verts persillés - Fruit de saison	- Salade aux croûtons - Omelette paysanne - Pomme noisette - Yaourt nature - ou - Yaourt à la vanille	- Salade de riz estivale* - ou - Pommes de terre à l'échalote et ciboulette - Boulette de bœuf à la tomate - Petits pois aux oignons - Glace	- Chou chinois en salade* - Retour de pêche sauce moutarde à l'ancienne - Boulgours - Compote pomme - ou - Fruit de saison

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

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

Menus du 8 au 12 septembre 2025

lundi 8	mardi 9	mercredi 10	jeudi 11	vendredi 12
- Concombre fromage blanc aneth - Feuille de chêne rouge aux dés de fromages - Calamars à la romaine - Riz créole - Fruit de saison	- Betteraves aux pommes - Tomates, huile d'olives au balsamique et basilic - Bœuf massalé - Carottes et blé tendre - Crème dessert à la vanille	- Melon - Quiche 3 fromages - Salade verte - Fruit de saison - Compote pommes bananes	- Carottes râpées - Salade de radis rapés - Fajitas de volaille - Poêlée de haricots rouges à la mexicaine - Fromage blanc sucré	- Taboulé à la menthe - Poisson meunière au citron frais - Ratatouille niçoise - Yaourt fermier aux fruits - Yaourt fermier sucré

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
- Perles marines* - Rillettes cornichon - Poulet rôti - Frites - Glace	- Concombre au fromage blanc et jus de citron - Parmentier de - Lentilles et tomates - Compote pomme fraise - Fruit de saison	- Carottes rapées - Salade de tomate à l'emmental ciboulette - Boulette d'agneau à l'orientale - Aubergines grillées - Cookie aux pépites de chocolat	- Blé à la provençale° - Taboulé à la menthe - Sauté de porc sauce coco gingembre - Carottes à la crème d'ail - Fromage blanc au miel	- Feuilleté au fromage - Filet de poisson frais sauce poivron - Tortis - Fruit de saison - Compote pomme banane

*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	Frontières gourmandes, passeport pour les papilles!
- Celeri remoulade - Betteraves aux dés de fromage - Filet de dinde mariné façon Tandoori - Riz pilaf aux dés de courgettes - Fruit de saison	- Salade composée° - Salade verte aux dés de fromage - Paupiette de veau charcutiere - Gratin Dauphinois - Fruit de saison	- Concombres vinaigrette - Dos de colin sauce piperade - Boulgour - Yaourt fermier aux fruits - Yaourt fermier sucré	- Pastèque - Melon - Semoule aux pois chiches - Aubergines et tomates rôties° - Crème vanille	- Tomates mozzarella - Salade italienne ° - Penne rigate - à la bolognaise - Panna cotta coulis de fruits rouges

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

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

*salade, tomates, olives

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
- Salade aux dés de mimolette et croûtons - Betteraves, dés de gouda et ciboulette - Blanquette de dinde sauce normande - Carottes et butternut rôtis aux herbes de provence - Fruit de saison	- Salade aux oignons frit - Coleslaw - Chili con carne - Riz - Yaourt nature sucré	- Radis beurre - Concombre - Tortillas à la mozzarella - Pomme rissolée - Glace	- Chou chinois, emmental et maïs - Colombo de courgettes aux lentilles corail - Purée de patates douces - Crêpes au sucre - Gâteau du mois	- Carottes râpées vinaigrette - Pizza méditerranéenne* - Salade verte - Fromage blanc coulis de fruits rouges - Fromage blanc sucré

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

Menus du 6 au 10 octobre 2025

lundi 6	mardi 7	mercredi 8	jeudi 9	vendredi 10
- Salade mexicaine* - Salade fromagère - Sauté de boeuf à la provençale - Haricots beurre persillés - Petit suisse	- Tomates à l'échalote - Gratin de pommes de terre sauce fromagère - Salade verte - Flan nappé caramel - Crème dessert chocolat	- Concombres alpins* - Céleri rémoulade - Émincé de volaille sauce blanche façon kebab - Purée de pomme de terre - Fruit de saison	- Salade piémontaise - Galette au fromage - Salade, vinaigrette au vinaigre de cidre - Yaourt fermier sucré - Yaourt fermier aux fruits	- Cake aux fromage - Penne rigate - Sauce carbonara au saumon - Compote à la pomme - Fruit de saison

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

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

* Pommes de terre, tomates, cornichons, mayonnaise.

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.

lundi 13

- Betteraves à l'échalote
- Mac and cheese revisité 
- au potimarron et épices douces
- Liegeois vanille
- Liegeois chocolat

mardi 14

- Céleri rémoulade au curry 
- Salade de radis rapés au curcuma
- Haut de cuisse de poulet rôti aux herbes
- Potatoes au paprika
- Fromage blanc à la cassonade

LA SEMAINE DU GÔUT

mercredi 15

- Salade de tomates, fromage et maïs
- Chou chinois, emmental
- Boulettes de bœuf sauce tajine
- Brunoise de légumes d'automne* et riz
- Compote de pommes au miel 

* Carottes, courgettes, butternut.

jeudi 16

- Taboulé Libannais*
- Poisson pané sauce tartare
- Carotte rôti au cumin 
- Yaourt vanille
- Yaourt aromatisé

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

vendredi 17

- Salade croquante*
- Salade verte aux noix
- Emincés de dinde aux champignons
- Petits pois, crème dijonnaise
- Moelleux chocolat courgette 

* 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
- 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.