

Menus du 2 au 6 mars 2026

lundi 2	mardi 3	mecredi 4	jeudi 5	vendredi 6
- Chili sin carne - Riz - Mimolette - Compote de pommes - ou - Fruit de saison	- Carottes rapées - ou - Betteraves ciboulette - Boulettes de bœuf sauce Napolitaine - Purée Dubarry° - Yaourt fermier aromatisé	- Toast de rillettes, cornichon - ou - Céleri fromage blanc - Pilons de poulet tandoori - Fondue de poireaux et blé - Fruit de saison	- Velouté de légumes au fromage frais - ou - Carottes rapées - Sauté de porc sauce coriandre - Coquillettes - Liégeois au chocolat	- Feuilleté au fromage - Filet de poisson frais sauce crème - Carottes vichy - Fromage blanc sucré - ou - Fruit de saison

* Pommes de terre et chou fleur

Menus du 9 au 13 mars 2026

lundi 9	mardi 10	mercredi 11	jeudi 12	vendredi 13
- Sauté de dinde à la forestière - Coquillettes - Tomme des Pyrénées - Flan nappé caramel - ou - Fruit de saison	- Potage crécy° au cumin - Parmentier aux lentilles corail et petits légumes° - Salade, vinaigrette au Xéres - Crème à la vanille - ou - Crème au chocolat	- Burrito au bœuf - et petits légumes - Fromage - Yaourt fermier sucré - ou - Compote de fruits	- Filet de poisson meunière sauce tartare - Épinards à la crème et boulgour - Saint Nectaire - Crumble aux fruits - ou - Fruit de saison	- Carottes rapées ciboulette - ou - Œuf dur mayonnaise - Cassoulet du chef - Saucisson à l'ail et chipolata - Fromage blanc au miel

*Carottes, céleri branche, oignons.

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
- Macaronis - Sauce curry de pois chiches - Tomme blanche - Liégeois au chocolat ou - Fruit de saison	- Salade de perles au surimi ou Salade de mâche aux betteraves - Bœuf massalé - Julienne de légumes d'hiver* - Crème pâtissière aux éclats de daim	- Potage de légumes - Rougail saucisse - Riz - Yaourt sucré ou - Yaourt aromatisé	- Poulet rôti - Haricots verts persillés - Mimolette - Crème dessert vanille ou - Fruit de saison	- Retour de pêche sauce Aurore* - Potatoes - Gouda - Fruit de saison ou - Compote de pommes et bananes

*Carottes, panais, poireaux

*Béchamel tomate

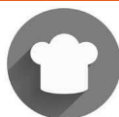
Menus du 23 au 27 mars 2026

lundi 23	mardi 24	mercredi 25	jeudi 26	vendredi 27
- Sauté de dinde sauce au miel - Lentilles aux carottes - Fromage - Yaourt fermier sucré ou - Flan nappé au caramel	- Velouté de pommes de terre au panais - Calamars à la romaine - Riz pilaf - Yaourt fermier sucré ou - Flan nappé au caramel	- Carottes râpées vinaigrette ou - Salade verte au fromage - Omelette au dés de volaille - Pommes risolées - Fruit de saison	- Gratin de pommes de terre aux 3 fromages* - Salade verte, vinaigrette à l'échalotte - Cantal - Fromage blanc sucré ou - Fruit de saison	- Radis noirs rapés fromage blanc ou - Œuf mayonnaise - Échine de porc rôtie sauce moutarde - Petits pois à la française - Gâteau du mois

*Mozzarella, emmental, Cantal.

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 30 mars au 3 avril 2026

lundi 30	mardi 31	mecredi 1	jeudi 2	vendredi 3
- Salade multicolore° - ou - Betteraves à l'échalote - Sauté de porc sauce charcutière - Haricots verts et pomme de terre - Yaourt fermier aromatisé	- Filet de dinde rôti au paprika doux - Semoule et légumes printaniers° - Fromage - Compote aux fruits - ou - Fruit de saison	- Velouté de légumes - Penne rigate - Sauce bolognaise au bœuf et lentilles vertes - Fromage blanc - ou - Fruit de saison	- Coleslaw - ou - Salade Waldorf - Fish - and chips - Apple pudding	- Quiche aux poireaux - Salade verte - Brie - Crème dessert caramel - ou - Fruit de saison

* Tortis aux légumes, maïs, ciboulette, vinaigrette.

* Carottes, blettes, oignons, ail, bouillon de légumes au raz el hanout tomate.

* Céleri, pommes, mayonnaise

Menus du 6 au 10 avril 2026

lundi 6	mardi 7	mecredi 8	jeudi 9	vendredi 10
	 Carottes râpées vinaigrette ou  Betteraves ciboulette  Steak haché  Pommes de terre rissolées  Compote de pommes	 Colombo de poisson aux carottes et poireaux  Boulgour  Fromage  Salade de fruits ou  Yaourt fermier sucré	  Concombres à la crème ou  Céleri rémoulade  Tortillas  à la mozzarella  Fruit de saison	 Émincé de dinde sauce chorizo  Petits pois aux oignons  Edam  Crème dessert chocolat ou  Fruit de saison

* Œufs, pommes de terre rissolées, oignons, mozzarella, ciboulette.

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.