

Menus du 27 avril au 1 mai 2026

lundi 27	mardi 28 	mercredi 29	jeudi 30	vendredi 1
<ul style="list-style-type: none"> ● Salade aux croûtons, dès de fromage ou ● Salade de choux rouge dès de fromage ● Acras de morue sauce curry coco ● Boulgour ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Feuilleté au fromage ● Blanquette de légumes* aux graines de kasha ● Riz ● Fruit de saison ou ● Compote pomme banane 	<ul style="list-style-type: none"> ● Carottes rapées ou ● Betteraves ciboulette ● Flammekueche ● Salade verte ● Glace 	<ul style="list-style-type: none"> ● Céliéri rapé rémoulade ou ● Salade de choux chinois aux dès de fromage ● Bœuf aux olives ● Carottes vichy ● Gâteau du mois 	

* Navet boule d'or, petits pois, champignons. ** Sarasin grillé

Menus du 4 au 8 mai 2026

lundi 4	mardi 5	mercredi 6	jeudi 7 	vendredi 8
<ul style="list-style-type: none"> ● Chipolatas grillées ● Poêlée de haricots verts ● Mimolette ● Flan nappé au caramel ou ● Liégeois au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> ● Radis beurre ou ● Salade verte au cheddar et oignons frits ● Émincé de dinde sauce colombo ● Pommes de terre au four ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Dos de colin sauce crustacés ● Julienne de légumes et coquillettes ● Fromage ● Compote de pommes ou ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Concombres crème ciboulette ● Fajitas sin carne ● Salade verte ● Yaourt nature ou ● Yaourt 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**. **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.

Nos menus intègrent en rythme annuel 50% de produits de qualité supérieure (Bio, AOC, AOP, Haute Valeur Environnementale, etc...) dont 40% de bio minimum.

Menus du 11 au 15 mai 2026

lundi 11

- Poisson pané sauce tartare
- Petits pois
- Saint Nectaire
- Compote de fruits
- ou
- Fruit de saison

mardi 12

- Carottes rapées
- Penne rigate
- Sauce bolognaise de haricots rouges
- Crème au chocolat
- ou
- Crème à la vanille

mercredi 13

- Toast au fromage gratiné
- ou
- Salade de tomates au dès de fromage
- Filet de dinde sauce estragon
- Riz doré
- Fruit de saison

jeudi 14 **vendredi 15**

Menus du 18 au 22 mai 2026

lundi 18

- Boulettes de bœuf tikka massala
- Frites
- Emmental
- Compote de fruits
- ou
- Fruit de saison

mardi 19

- Concombres, crème à l'aneth
- Piccata Romana°
- Boulgour
- Yaourt fermier sucré
- ou
- Fromage blanc au miel et muesli

mercredi 20

- Carottes râpées vinaigrette
- ou
- Betteraves à l'échalote
- Gratin de gnocchis
- ou
- au jambon
- Salade de fruits

jeudi 21

- Œuf mayonnaise
- Pizza aux 3 fromages et pesto rouge au tournesol°
- Salade verte, vinaigrette balsamique
- Yaourt fermier aromatisé
- ou
- Fruit de saison

vendredi 22

- Salade de riz printanière (riz maïs, petits pois, vgte jus)
- ou
- Taboulé
- Filet de poisson sauce crème ciboulette
- Duo de haricots persillés
- Glace

* Sauté de dinde, chorizo, poivrons, oignons, crème.

* Pâte à pizza, pesto (scc tomate, ail, graines de tournesol, basilic), mozzarella, Cantal, emmental.

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 25 au 29 mai 2026

lundi 25	mardi 26	mercredi 27	jeudi 28	vendredi 29
	<ul style="list-style-type: none"> Salade verte au cheddar et oignons frits ou Salade asiatique Jambon grillé Riz pilaf Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Concombres vinaigrette ou Betteraves ciboulette Poulet basquaise Légumes de la basquaise et pommes rissolées Panna cotta, coulis de fruits rouges 	<ul style="list-style-type: none"> Calamars à la romaine Blésotto aux courgettes et tomates Cantal Fruit de saison ou Yaourt fermier aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de tomates au maïs ou Duo de râpés* Dahl de lentilles corail à la provençale Semoule Gâteau du mois

* Carottes, radis blanc, vinaigrette

Menus du 1 au 5 juin 2026

lundi 1	mardi 2	mercredi 3	jeudi 4	vendredi 5
<ul style="list-style-type: none"> Cervelas, cornichon Gratin de coquillettes sauce béchamel A l'effiloché de dinde Compote pomme fraise ou Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Concombres à la Bulgare* Rôti de porc jus au thym Pommes de terre et carottes Yaourt fermier sucré ou Yaourt fermier aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> Sauté de bœuf façon marengo Poêlée de courgettes aux oignons Fromage Cake marbré ou Far breton nature 	<ul style="list-style-type: none"> Pommes de terre ciboulette dés de fromage ou Salade de chou chinois à l'emmental Quiche tomate, mozzarella origan Salade verte Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Feuilleté au fromage Poisson sauce ratatouille Bouglour Fruit de saison ou Fromage blanc à la cassonade

* Dés de concombres, fromage blanc, menthe.

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.

Nos menus intègrent en rythme annuel
50% de produits de qualité supérieure (Bio,
AOC, AOP, Haute Valeur
Environnementale, etc...) dont 40% de bio minimum.



Menus du 8 au 12 juin 2026

lundi 8

- Salade de mini farfalles au pesto
- Fricassée de dinde aux champignons
- Haricots verts aux oignons
- Liégeois au chocolat
ou
- Flan nappé au caramel

mardi 9



- Salade de carottes
ou
- Salade de tomates
- Tajine de légumes* aux pois chiches
- Boulgour
- Petit suisse aux fruits

* Carottes courgettes

mercredi 10

- Omelette au coulis de tomate
- Penne rigate et fondue d'épinards au beurre
- Fromage
- Barre bretonne
ou
- Gâteau au citron et graines de pavot

jeudi 11

- Melon
- Saucisse de volaille
- Frites
- Yaourt fermier sucré
ou
- Fromage blanc coulis de fruits rouges

vendredi 12

- Filet de poisson frais
- Blé
- Brie
- Cocktail de fruits
ou
- Fruit de saison



lundi 15

- Pastèque
ou
- Carottes rapées
- Chili con carne
- Riz
- Glace


mardi 16

- Filet de poisson meunière, beurre citronné
- Petits pois aux dés de courgettes
- Petit suisse
- Compote aux fruits
ou
- Fruit de saison

mercredi 17

- Cake au fromage, légumes et dés de volaille
- Salade verte, vinaigrette balsamique
- Fromage
- Yaourt fermier sucré
ou
- Yaourt fermier aromatisé

jeudi 18



- Tomates à l'échalote
ou
- Concombre, crème moutardée
- Ty Pavégétal*
ou
- Salade verte
- Mousse au chocolat

*Pavé de légumineuses, céréales, légumes d'été, servi avec un coulis de poivrons.

vendredi 19

- Fideua*
- A la volaille
- Tomme Catala
- Fruit de saison
ou
- Salade d'agrumes

* Risetti

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 22 au 26 juin 2026

lundi 22	mardi 23	mercredi 24	jeudi 25	vendredi 26
<ul style="list-style-type: none"> Feuilleté au fromage Tortis semi-complètes Caviar d'aubergine et tomates Compote de pommes Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Sauté de bœuf au paprika Gratin de pommes de terre aux blettes Tome blanche Fruit de saison Salade de pommes fraises 	<ul style="list-style-type: none"> Melon Carottes rapées ciboulette Mouclade Frites Fromage blanc coulis de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> Taboulé fraîcheur Salade de pommes de terre aux œufs Poulet rôti Ratatouille provençale Crème dessert au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> Concombre, vinaigrette à la framboise Curry de poisson frais* Blé tendre Tome grise Gâteau du mois

*Lait de coco et pois gourmands

Menus du 29 juin au 3 juillet 2026

lundi 29	mardi 30	mercredi 1	jeudi 2	vendredi 3
<ul style="list-style-type: none"> Salade de pâtes aux dés d'emmental Concombre au fromage blanc Sauté de porc sauce agenaise Carottes rôties au beurre et thym Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Cari de courgettes aux 2 lentilles Riz de Camargue Camembert Crème dessert caramel Compote de pommes bananes 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de tomates dés de fromage Carottes rapées Couscous au boulettes de bœuf et merguez Légumes couscous au bouillon d'épices douces Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Radis roses à la croque, pointe de sel Pâté de campagne cornichon Brandade de poisson à la catalane* Salade verte Yaourt fermier aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> Melon Pastèque Steak haché Pommes de terre roties Glace

* Riz, haricots rouges, maïs, vinaigrette au ketchup.

* Confit de légumes (oignons, poivrons, pulpe de tomate), poisson émietté

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.