

Menus du 31 août au 4 septembre 2026

lundi 31	mardi 1	mercredi 2	jeudi 3	vendredi 4
	● Betteraves, vinaigrette ● Mac&Cheese ● à la tomate° ● Flan nappé caramel - ou ● Pastèque	● Pâté de campagne, cornichon - ou ● Carottes rapées ● Dos de colin sauce piperade ● Boulgour ● Yaourt fermier aromatisé	● Taboulé fraîcheur - ou ● Duo de rapé ° ● Filet de dinde mariné façon tandoori ● Ratatouille compotée ● Glace	● Boulette de bœuf sauce tomate ● Pommes de terre rissolées ● Fromage ● Fruit de saison - ou ● Compote de pommes

* Macaronis gratinés sauce fromagère au cheddar et tomates.

* Carottes, radis blanc

Menus du 7 au 11 septembre 2026

lundi 7	mardi 8	mercredi 9	jeudi 10	vendredi 11
● Melon ● Parmentier de lentilles ● aux courgettes et tomates ● Crème caramel - ou ● Crème au chocolat	● Céleri rémoulade au curry - ou ● Tomates et dés de fromage ● Chili con carne au bœuf ● Riz pilaf ● Fruit de saison	● Tortilla aux oignons et fromage ● Salade verte ● Fromage ● Fruit de saison - ou ● Compote de fruits	● Perles marines° - ou ● Betteraves aux dés de gouda ● Sauté de porc sauce coco gingembre ● Haricots plats ● Gâteau au chocolat	● Concombres crème ciboulette ● Brandade de poisson ● Salade verte ● Fromage blanc nature - ou ● Fruit de saison

* Perles, surimi, poivron rouge, sauce yaourt citronnée.

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 ou de consulter le classeur mis à disposition.

Menus du 14 au 18 septembre 2026

lundi 14	mardi 15	mercredi 16	jeudi 17	vendredi 18
- Pastèque - ou - Melon - Penne rigate - Sauce catalane végétarienne - Flan nappé au caramel	- Poulet rôti - Purée de pommes de terre - Fromage - Compote de pommes - ou - Fruit de saison	- Chiffonade de chou au maïs - ou - Carottes - Moussaka - Au bœuf et lentilles blondes - Cookie	- Tomates à l'échalote - Gratin Dauphinois - Au jambon - Yaourt fermier vanille - ou - Yaourt fermier nature	- Feuilleté au fromage - Massalé de légumes[*] aux pois chiches - Riz doré - Petits suisse aux fruits - ou - Fruit de saison

* Sauce tomate, oignons, poivrons, fromage frais,

* Courgettes, aubergines, poivrons, carottes, curry, garam massala.

Menus du 21 au 25 septembre 2026

lundi 21	mardi 22	mercredi 23	jeudi 24	vendredi 25
- Émincé de dinde sauce basquaise - Poêlée de haricots verts aux champignons - Fromage - Compote pommes bananes - ou - Fruit de saison	- Betteraves ciboulette - ou - Tomates, huile d'olive balsamique - Croque Mexicain[*] au cheddar - Salade verte - Glace	- Salade de mini penne[*] - ou - Pomme de terre vinaigrette ciboulette - Galette saucisse de volaille - Salade verte - Panna cotta aux fruits rouges	- Salade aux dés de mimolette et croûtons - Boulettes de bœuf - Légumes couscous tomates et semoule - Yaourt fermier aromatisé - ou - Yaourt fermier nature	- Concombres, crème à l'aneth - ou - Pomelos - Retour de pêche sauce poivron chorizo - Carottes et blé tendre - Gâteau du mois

* Chili sin carne aux lentilles

* Mini penne rigate, dés de tomates, poivrons, graines de tournesol, vinaigrette.

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 28 septembre au 2 octobre 2026

lundi 28

- Taboulé à l'orientale
ou
- Salade croquante*
- Poisson pané sauce tartare
- Petits pois à la française
- Fromage blanc à la confiture

mardi 29

- Carottes rapées
ou
- Salade piémontaise au cervelas*
- Clafoutis de potimarron à la mozzarella
- Salade verte
- Fruit de saison

* Pommes de terre, cervelas, tomates, cornichons, mayonnaise.

mercredi 30

- Émincé de dinde sauce blanche aux épices kebab
- Potatoes
- Fromage
- Fruit de saison
ou
- Compote aux fruits

* Concombre, radis, vinaigrette au vinaigre de cidre.

jeudi 1

- Salade de tomates vinaigrette
- Rougail saucisse
- Riz créole
- Crème dessert vanille
ou
- Crème dessert chocolat

Armonys
CETTE ANNÉE, NOS ASSIETTES FONT UN TOUR DE FRANCE !
DÉCOUVRE LES SAVEURS DE NOS BELLES RÉGIONS !

- Mousse de betteraves au fromage frais
ou
- Concombres vinaigrette
- Hoche-pot (bœuf braisé)
- Aux légumes d'automne
- Pain d'chien

LE NORD

* Carottes, butternut, poireaux

Menus du 5 au 9 octobre 2026

lundi 5

- Carottes râpées vinaigrette au miel
ou
- Salade de maïs mimolette aux poivrons
- Farfalles
- Sauce tomate à l'orientale*
- Yaourt fermier sucré

* Tomates concassées, oignons, ail, purée de pois chiches, cumin.

mardi 6

- Boulgour à la provençale*
ou
- Œuf mayonnaise
- Jambon grillé sauce forestière
- Chou fleur rôti au cumin
- Liégeois au chocolat

* Blé, tomates, olives émincées, vinaigrette au Xérès.

mercredi 7

- Émincé de bœuf mijoté façon bourguignon
- Duo de purées (pdt, carottes)
- Petit suisse sucré
- Salade de fruits
ou
- Fruit de saison

jeudi 8

- Concombres alpins (fromage blc, moutarde, jus de citron)
- Pizza aux 3 fromages
- Salade verte
- Fruit de saison
ou
- Compote pommes bananes

vendredi 9

- Salade composée*
ou
- Céleri fromage frais
- Filet de poisson frais sauce moutarde à l'ancienne
- Frites
- Fruit de saison

* Feuille de chêne rouge émincée, dés de tomates, maïs, vinaigrette à l'échalote.

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.

lundi 12	mardi 13	mercredi 14	jeudi 15	vendredi 16
● Accras de poisson au ketchup des îles ● Carottes glacées ● Fromage ● Fruit de saison - ou ● Semoule au lait 	● Taboulé de chou fleur, pesto rouge tournesol ● Curry de lentilles au lait de coco ● Riz ● Yaourt fermier nature - ou ● Yaourt fermier aromatisé  	● Velouté de légumes ● Filet de poisson au court bouillon ● Gratin de butternut et châtaignes au fromage ● Petit suisse - ou ● Fruit de saison 	● Échine de porc rôtie ● Coquillettes d'octobre rose ● Cantal ● Compote aux fruits - ou ● Fruit de saison 	● Carottes râpées vinaigrette - ou ● Salade aux croûtons, dés de cheddar ● Sauté de dinde à l'estragon ● Haricots verts persillés ● Gâteau mystère du chef 

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 ou de consulter le classeur mis à disposition.