

Menus du 2 au 6 novembre 2026

lundi 2	mardi 3	mercredi 4	jeudi 5	vendredi 6
- Macaronis - aux lentilles corail sauce crémeuse - Gouda - Compote pommes poires - Fruit de saison	- Salade de riz au pesto rouge° - Sauté de bœuf façon bourguignon - Petits pois aux oignons - Liégeois à la vanille - Liégeois au chocolat	- Filet de dinde sauce dijonnaise - Duo de haricots - Fromage - Fruits au sirop - Pain perdu	- Velouté de tomates au vermicelle° - Pizza aux 3 fromages (Mozzarella, emmental, Cantal) - Salade verte - Fromage blanc - Fruit de saison	- Pâté de campagne, cornichon - Pomelos - Colombo de poisson frais - Purée aux 2 patates° - Yaourt fermier sucré

* Riz, courge rôtie, concentré de tomate, huile de colza, graines de tournesol.

* Concassée de tomates, carottes, oignons, vermicelle.

* Patates douces, pommes de terre.

Menus du 9 au 13 novembre 2026

lundi 9	mardi 10	mercredi 11	jeudi 12	vendredi 13
- Taboulé aux fruits secs - Betteraves aux poires - Mijoté de porc aux olives vertes - Carottes vichy - Fromage blanc nature	- Tortilla de pommes de terre - Salade verte - Emmental - Fruit de saison - Compote pommes	11 NOVEMBRE ARMISTICE 1918	- Soupe Indienne° - Calamars à la romaine sauce tartare - Épinards crème curry - Yaourt fermier aromatisé - Yaourt fermier nature	- Terrine de poisson sauce citronnée - Céleri fromage blanc - Fricassée de poulet au jus de pomme - Légumes Anciens° - Gâteau Breton

* Lentilles corail, patate douce, lait de coco.

* Panais et carottes jaunes caramélisées

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 novembre 2026

lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19	vendredi 20
- Fusillis - Sauce façon bolognaise à la lentille - Edam - Crème dessert chocolat - Crème dessert vanille	- Salade d'endives aux pommes - Œuf rémoulade - Cassoulet (saucisse, saucisson à l'ail) - De haricots blancs aux carottes - Yaourt fermier sucré	- Velouté de légumes - Fajitas de bœuf* - Salade verte - Panna cotta aux dés de mangue - Fruit de saison	- Poisson meunière - Purée de brocolis et de pommes de terre - Tomme des Pyrénées - Fruit de saison - Compote pommes poires	- Betteraves à l'échalote - Lasagnes - Aux légumes* - Yaourt nature - Flan nappé caramel

* Chou fleur, pommes de terre, oignons, lait.

* Poêlée de julienne de carottes aux oignons, bœuf haché, fromage râpé.

* Béchamel, tomates concassées aux haricots rouges, fondue de poireaux et butternut rôtis.

Menus du 23 au 27 novembre 2026

lundi 23	mardi 24	mercredi 25	jeudi 26	vendredi 27
- Salade verte au maïs et graines de tournesol - Carottes râpées, vinaigrette - Sauté de porc sauce barbecue - Potatoes - Fromage blanc confiture	- Moelleux à la patate douce et graines de lin - Petits pois - Saint Nectaire - Compote de fruits - Fruit de saison	- Salade de perles aux agrumes - Salade de pommes de terre dés de fromage - Accras de morue - Chou fleur béchamel au paprika doux - Panna cotta coulis de fruits rouges	- Potage parmentier - Poulet rôti façon tandoori - Haricots beurre persillés - Yaourt fermier aromatisé - Fruit de saison	- Salade de mâche aux dés d'emmental et betteraves - Carottes rapées - Poisson frais crème citronnée - Julienne de légumes* et boulgour - Gâteau du mois

* Carottes, blanc de poireaux, navet boule d'or.

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 novembre au 4 décembre 2026

lundi 30	mardi 1	mercredi 2	jeudi 3	vendredi 4
- Poisson pané au citron frais - Butternut rôtie - Tomme blanche - Salade de fruits - Fruit de saison	- Salade coleslaw° - Salade au dés d'emmental - Chili sin carne - Riz - Île flottante	- Salade multicolore° - Rillettes de poisson - Haut de cuisse de poulet mariné - Poêlée de haricots verts aux oignons - Pâtisserie du chef	- Velouté de potimarron au fromage frais - Pain de viande aux herbes° sauce napolitaine - Frites - Compote pommes - Fruit de saison	- Céleri sauce aurore° - Salade de pommes de terre aux œufs - Curry de carottes et pois chiches au lait de coco - Semoule - Yaourt fermier aromatisé

* Carottes, chou blanc, fromage blanc, vinaigrette.

* Pâtes multicolores, cheddar, maïs, échalote, ciboulette, vinaigrette.

* Bœuf haché et chair à saucisse.

* Mayonnaise, fromage blanc, concentré de tomates.

Menus du 7 au 11 décembre 2026

lundi 7	mardi 8	mercredi 9	jeudi 10	vendredi 11
- Velouté de carottes au miel - Émincé de dinde sauce blanche aux épices kebab - Riz pilaf - Petits suisse sucrés - Fruit de saison	- Penne rigate - Sauce Arrabbiata douce° - Brie - Fruit de saison - Compote de fruits	- Salade verte aux croûtons - Parmentier de bœuf et lentilles vertes - Au potimarron - Crème dessert chocolat - Crème à la vanille	- Feuilleté au fromage - Échine de porc rôtie sauce moutarde - Petits pois carottes - Fromage blanc à la cassonade - Fruit de saison	- Betteraves dés de fromage - Salade feuille de chêne rouge aux croûtons - Brandade de poisson frais - Salade verte - Gâteau du mois

* Tomates concassées, oignon, ail, herbes, épices douces.

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 14 au 18 décembre 2026

lundi 14	mardi 15 	mercredi 16	jeudi 17	vendredi 18 
 Duo de râpés°, vinaigrette balsamique  Boulettes de bœuf sauce tajine  Semoule  Yaourt fermier nature ou  Yaourt fermier aromatisé	 Salade de pommes de terre°  Quiche aux légumes  Salade verte  Petis suisse aux fruits ou  Fruit de saison	 Carottes rapées, vinaigrette balsamique ou  Salade de riz  Poisson frais  Fondue de poireaux et pâtes  Flan nappé au caramel	Repas de Noël  Filet de dinde rôti sauce crémeuse aux marrons  Pommes duchesses  Dessert de Noël  Clémentine	 Velouté de légumes  Gratin de gnocchis  aux légumes d'automne  Compote pommes bananes ou  Fruit de saison

* Carottes et chou chinois.

* Pdt, échalotes, ciboulette, vinaigrette au yaourt.

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.