RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Le Cours

Nos menus intègrent en rythme annuel 50% de produits de qualité supérieure (Bio, AOC, AOP, Haute Valeur Environnementale, etc...) dont 20% de bio minimum.

Menus du 2 au 6 novembre 2026

lundi 2	mardi 3	mercredi 4	jeudi 5	Vendredi 6
Carottes râpées, vinaigrette au miel	Salade de riz au pesto rouge°		Velouté de tomates au vermicelle°	Pâté de campagne, cornichon
Macaronis	Bœuf façon bourguignon		Pizza aux 3 fromages (Mozzarella, emmental, Cantal)	Colombo de poisson
Au chorizo et lentilles corail sauce crémeuse	Petits pois aux oignons		Salade verte	Écrasé aux 2 patates°
Gouda	Mimolette		Petit suisse	Brie
Fruit de saison	Mousse au chocolat		Fruit de saison	Compote pommes bananes

° 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	Salade feuille de chêne rouge aux croûtons		Soupe Indienne°	**Terrine de poisson sauce citronnée**
Mijoté de porc aux olives vertes	Omelette crème forestière		Calamars à la romaine sauce tartare	**Fricassée de dinde au jus de pomme**
Carottes vichy	Pommes rissolées		Épinards crème curry	**Légumes Anciens°**
Tomme Montcadi	Emmental		Vache picon	**Bûche laitière**
Yaourt aromatisé	Fruit de saison		Fruit de saison	**Gâteau Breton**

° Lentilles corail, patate douce, lait de coco.

° Panais et carottes jaunes caramélisées

Armonys

CETTE ANNÉE, NOS ASSIETTES FONT UN TOUR DE FRANCE !

DÉCOUVRE LES SAVEURS DE NOS BELLES RÉGIONS !



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 brutes et hachées (bœuf, porc, agneau, mouton et volaille) : **Origine France** .
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.

RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Le Cours

Nos menus intègrent en rythme annuel 50% de produits de qualité supérieure (Bio, AOC, AOP, Haute Valeur Environnementale, etc...) dont 20% de bio minimum.

Menus du 16 au 20 novembre 2026

lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19	Vendredi 20
Velouté Dubarry°	Salade d'endives aux pommes		Céleri sauce fromage blanc curry	Betteraves à l'échalote
Fusillis	Cassoulet (saucisse, saucisson à l'ail)		Poisson meunière	Lasagnes
Sauce bolognaise de haricots rouges	De haricots blancs aux carottes		Purée de brocolis et de pommes de terre	Au bœuf
Edam	Saint Paulin		Carré président	Camembert
Fruit de saison	Yaourt sucré		Fruit de saison	Compote de pommes

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

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		Potage parmentier	Salade de mâche aux betteraves
Sauté de porc sauce barbecue	Moelleux à la patate douce et graines de lin		Cordon bleu de volaille sauce tandoori	Dos de colin crème citronnée
Potatoes	Petits pois		Haricots beurre persillés	Julienne de légumes° et boulgour
Mimolette	Vache picon		Brie	Petit suisse aux fruits
Fromage blanc confiture	Fruit de saison		Fruit de saison	Gâteau d'anniversaire 

° 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 brutes et hachées (bœuf, porc, agneau, mouton et volaille) : **Origine France**).
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.

RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Le Cours

Nos menus intègrent en rythme annuel 50% de produits de qualité supérieure (Bio, AOC, AOP, Haute Valeur Environnementale, etc...) dont 20% de bio minimum.

Menus du 30 novembre au 4 décembre 2026

lundi 30	mardi 1	mercredi 2	jeudi 3	Vendredi 4
Salade verte, vinaigrette à la framboise	Salade multicolore°		Velouté de potimarron	Céleri sauce aurore°
Jambon blanc	Poisson pané au citron frais		Pain de viande aux herbes° sauce napolitaine	Curry de carottes et pois chiches au lait de coco
Pommes de terre à la crème de raclette	Butternut rôtie		Frites	Semoule
Yaourt sucré	Tomme blanche		Tomme Montcadi	Carré président
Fruit de saison	Île flottante		Fruit de saison	Yaourt aromatisé

° Pâtes multicolores, 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	Terrine végétale, cornichon		Roulé au fromage	Betteraves aux pommes
Émincé de dinde sauce blanche aux épices kebab	Penne rigate		Échine de porc rôtie sauce moutarde	Brandade de poisson
Riz pilaf	Sauce Arrabbiata douce°		Petits pois carottes	Salade verte
Tomme grise	Emmental		Fromage blanc à la cassonade	Camembert
Fruit de saison	Compote de fruits		Fruit de saison	Gâteau d'anniversaire 

° 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 brutes et hachées (bœuf, porc, agneau, mouton et volaille) : **Origine France**).
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.

RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Le Cours

Nos menus intègrent en rythme annuel 50% de produits de qualité supérieure (Bio, AOC, AOP, Haute Valeur Environnementale, etc...) dont 20% de bio minimum.

Menus du 14 au 18 décembre 2026

lundi 14	mardi 15	mercredi 16	jeudi 17	vendredi 18
Duo de râpés°, vinaigrette balsamique	Salade de pommes de terre°		**Rillettes de maquereau au citron vert et ciboulette**	Velouté de légumes
Boulettes de bœuf sauce tajine	Nuggets de blé sauce ketchup		**Filet de dinde rôti sauce crémeuse aux marrons**	Dos de colin
Semoule	Purée de carottes		**Pommes duchesses**	Fondue de poireaux et riz doré
Gouda	Petit suisse		**Dessert de Noël**	Edam
Compote de pommes	Fruit de saison		**Clémentine**	Flan nappé au caramel
			Repas de Noël	

° 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 brutes et hachées (bœuf, porc, agneau, mouton et volaille) : **Origine France**).
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.