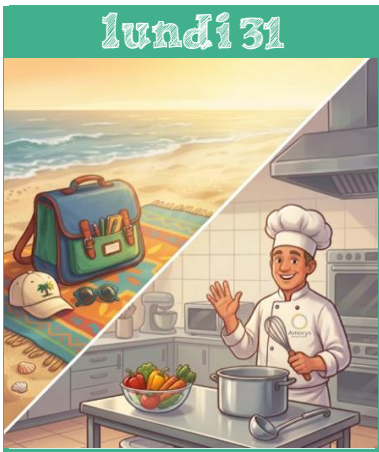


Nos menus intègrent en rythme annuel  
50% de produits de qualité supérieure (Bio,  
AOC, AOP, Haute Valeur  
Environnementale, etc...) dont 20% de bio minimum.

### Menus du 31 août au 4 septembre 2026



#### lundi 31

#### mardi 1

- Betteraves, vinaigrette à la framboise
- ● Mac&Cheese
- à la tomate°
- Petit suisse
- Pastèque

\* Macaronis gratinés sauce fromagère au cheddar et tomates.

#### mercredi 2

#### jeudi 3

- Taboulé fraîcheur
- Filet de dinde mariné façon tandoori
- Ratatouille compotée
- Brie
- Yaourt aromatisé

#### vendredi 4

- Tomates, huile d'olive balsamique
- Omelette paysanne°
- ● Pommes de terre rissolées
- Saint Paulin
- Compote de pommes

\* Lardons, oignons, ciboulette.

### Menus du 7 au 11 septembre 2026

#### lundi 7

- ● Céleri rémoulade au curry
- Chili con carne au bœuf
- Riz pilaf
- Camembert
- Fruit de saison

#### mardi 8

- Melon
- Parmentier de lentilles
- Courgettes et tomates
- Edam
- ● Crème au chocolat

#### mercredi 9

#### jeudi 10

- ● Perles marines°
- Sauté de porc sauce coco gingembre
- Haricots plats aux oignons
- Yaourt sucré
- ● Madeleine

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

#### vendredi 11

- Concombres crème ciboulette
- ● Beignets de poisson sauce aurore
- Blé tendre
- Mimolette
- Fruit de saison

### 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**. **Vianades 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

- Pastèque
- Penne rigate
- Sauce catalane de la mer°
- Gouda
- Flan nappé au caramel

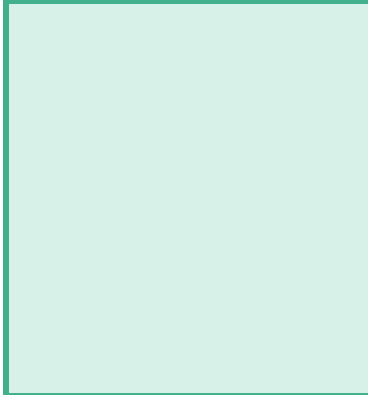
\* Sauce tomate, oignons, poivrons, fromage frais, maquereau émietté.

#### mardi 15

- Taboulé Libannais°
- Cordon bleu de volaille
- Petits pois carottes, crème dijonnaise
- Tomme Montcadi
- Fruit de saison

\* Boulgour, tomate, menthe, oignon, jus de citron, huile d'olives.

#### mercredi 16



#### jeudi 17

- Tomates à l'échalote
- Gratin Dauphinois
- Au jambon
- Emmental
- Compote pommes fraises

#### vendredi 18

- Roulé au fromage
- Massalé de légumes° aux pois chiches
- Riz doré
- Petit suisse
- Fruit de saison

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

### Menus du 21 au 25 septembre 2026

#### lundi 21

- Salade piémontaise au cervelas°
- Émincé de dinde sauce basquaise
- Poêlée de haricots verts aux champignons
- Vache picon
- Fruit de saison

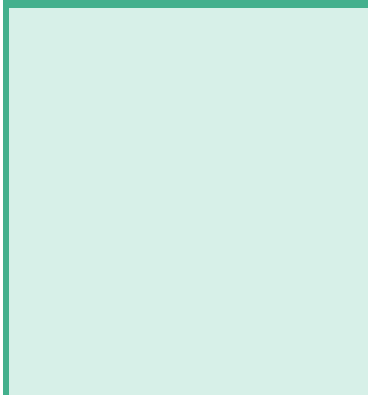
\* Pommes de terre, cervelas, tomates, cornichons, mayonnaise.

#### mardi 22

- Betteraves ciboulette
- Croque Mexicain° au cheddar
- Salade verte
- Panna cotta
- Aux fruits rouges

\* Chili sin carne aux lentilles

#### mercredi 23



#### jeudi 24

- Salade aux dés de mimolette et croûtons
- Boulettes de bœuf
- Légumes couscous tomates et semoule
- Yaourt aromatisé
- Fruit de saison

#### vendredi 25

- Concombres, crème à l'aneth
- Dos de colin sauce poivron chorizo
- Carottes et bé tendre
- Bûche lactière
- Gâteau d'anniversaire

### 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 20% de bio minimum.

### Menus du 28 septembre au 2 octobre 2026

#### lundi 28

- Taboulé à l'orientale
- Poisson pané sauce tartare
- Petits pois à la française
- Carré président
- Fromage blanc à la confiture

#### mardi 29

- Feuilleté au fromage
- Clafoutis de potimarron à la mozzarella
- Salade verte
- Petit suisse aromatisé
- Fruit de saison

#### mercredi 30

#### jeudi 1

- Salade de tomates au maïs
- Rougail saucisse
- Riz créole
- Gouda
- Fruit de saison

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

- Mousse de betteraves au fromage frais
- Hochepot (bœuf braisé)
- Aux légumes d'automne\* et orge perlé
- Munster
- Tarte tatin à la cassonade

LE NORD!

\* Carottes, butternut, poireaux

### Menus du 5 au 9 octobre 2026

#### lundi 5

- Carottes râpées vinaigrette au miel
- Farfalles
- Sauce tomate à l'orientale\*
- Yaourt sucré
- Fruit de saison

#### mardi 6

- Boulgour à la provençale\*
- Jambon grillé sauce forestière
- Chou fleur rôti au cumin
- Edam
- Mousse au chocolat

#### mercredi 7

#### jeudi 8

- Concombres alpins (fromage blc, moutarde, jus de citron)
- Pizza méditerranéenne\*
- Salade verte
- Mimolette
- Compote pommes bananes

#### vendredi 9

- Salade composée\*
- Dos de colin sauce moutarde à l'ancienne
- Frites
- Tomme blanche
- Fruit de saison

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

\* Blé, tomates, olives émincées, vinaigrette au Xéres.

\* Sauce tomate, chorizo, oignons, poivrons, mozzarella, origan.

\* 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.

## Menus du 12 au 16 octobre 2026

## Un jour, une recette!

lundi 12	mardi 13	mercredi 14	jeudi 15	vendredi 16
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Chou chinois au maïs</li> <li>● Accras de poisson au ketchup des îles</li> <li>● Carottes glacées</li> <li>● Emmental</li> <li>● Crème de semoule au lait</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Taboulé de chou fleur, pesto rouge tournesol</li> <li>● Curry de lentilles au lait de coco</li> <li>● Riz</li> <li>● Brie</li> <li>● Fruit de saison</li> </ul> 	<p style="text-align: center;">LA SEMAINE DU GOÛT</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Céleri rémoulade</li> <li>● Échine de porc rôtie</li> <li>● Coquillettes d'octobre rose</li> <li>● Saint Paulin</li> <li>● Fruit de saison</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Carottes râpées vinaigrette</li> <li>● Nuggets de poulet</li> <li>● Haricots verts persillés</li> <li>● Yaourt sucré</li> <li>● Gâteau mystère du chef</li> </ul> 

Toute l'équipe d'Armonys Restauration  
vous souhaite de  
bonnes vacances!



### 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.