

**Menus du 1 au 5 septembre 2025**

**lundi 1**

- Pastèque
- Farfalles
- Sauce tomate à l'orientale\*
- Crème dessert au chocolat

**mardi 2**

- Échine de porc rôtie, sauce brune
- Petits pois / Riz pilaf
- Brie
- Fruit de saison

**mercredi 3**

**jeudi 4**

- Feuilleté au fromage
- Émincé de dinde à l'estragon
- Haricots verts/ Boulgour
- Fruit de saison

**vendredi 5**

- Retour de pêche sauce piperade
- Pomme rissolée / Légumes piperade
- Emmental
- Fruit de saison

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

\* Riz, tomates, maïs, échalotes, ciboulette, vinaigrette au Xéres.

**Menus du 8 au 12 septembre 2025**

**lundi 8**

- Rougail saucisse
- Riz créole / Légumes rougail
- Tome Montcadi
- Fruit de saison

**mardi 9**

- Tomates, huile d'olives au balsamique et basilic
- Quiche cheddar & courgettes
- Salade verte
- Compote pommes bananes

**mercredi 10**

**jeudi 11**

- Taboulé à la menthe
- Poisson meunière au citron frais
- Ratatouille niçoise / Semoule
- Yaourt fermier aux fruits

**vendredi 12**

- Bœuf massalé
- Carottes et blé tendre
- Bûche laitière
- Crème dessert à la vanille

*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.



**Menus du 15 au 19 septembre 2025**

**lundi 15**

- Sauté de porc sauce coco gingembre
- ● Haricots plats / Boulgour
- Saint Paulin
- Yaourt aromatisé

**mardi 16**

- ● Salade aux dés d'emmental et croûtons
- Tortis
- ● Sauce bolognaise de lentilles et tomates
- Fruit de saison

**mercredi 17**

**jeudi 18**

- Poulet rôti
- ● Carottes à la crème/ Blé
- Edam
- Fruit de saison

**vendredi 19**

- ● Rillettes cornichon
- Filet de poisson frais sauce poivron chorizo
- ● Riz / ratatouille
- ● Liégeois au chocolat

**Menus du 22 au 26 septembre 2025**

**lundi 22**

- Pastèque
- Semoule aux pois chiches
- Aubergines et tomates rôties\*
- Yaourt fermier sucré

**mardi 23**

- Filet de dinde mariné façon Tandoori
- ● Riz pilaf / Dés de courgettes
- Tomme des Pyrénées
- Fruit de saison

**mercredi 24**

**jeudi 25**

- Salade composée\*
- ● Gratin Dauphinois
- Au jambon
- Fruit de saison

**Frontières gourmandes, passeport pour les papilles!**

**ITALIE**

- ● Tomates mozzarella
- ● Lasagnes gratinées
- Salade, vinaigrette balsamique
- ● Panna cotta au coulis de fruits rouges

\*Aubergines, tomates, ail, huile d'olives, herbes aromatiques, servi avec un coulis de tomates.

\* Feuille de chêne rouge, dés de tomates, maïs, échalottes, vinaigrette au xéres

*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.



**Menus du 29 septembre au 3 octobre 2025**

lundi 29	mardi 30	mercredi 1	jeudi 2	vendredi 3
<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes rapées vinaigrette</li> <li>Pizza méditerranéenne*</li> <li>Salade verte</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chili con carne</li> <li>Riz</li> <li>Tomme grise</li> <li>Compote pomme fraise</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Chou chinois aux dés de mimolette</li> <li>Colombo de courgettes aux lentilles corail</li> <li>Purée de patates douces</li> <li>Gâteau d'anniversaire </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade piémontaise au cervelas*</li> <li>Blanquette de dinde sauce normande</li> <li>Carottes / butternut rôtis aux herbes de provence</li> <li>Yaourt fermier sucré</li> </ul>

\* Sauce tomate, thon, tomates fraîches, mozzarella, oignons, ail, olives noires, origan.

**Menus du 6 au 10 octobre 2025**

lundi 6	mardi 7	mercredi 8	jeudi 9	vendredi 10
<ul style="list-style-type: none"> <li>Sauté de bœuf à la provençale</li> <li>Haricots beurre / Riz</li> <li>Bûche laitière</li> <li>Flan nappé au caramel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tomates à l'échalote</li> <li>Gratin de pommes de terre sauce fromagère</li> <li>Salade verte</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Concombres alpins*</li> <li>Galette saucisse</li> <li>Salade, vinaigrette au vinaigre de cidre</li> <li>Yaourt fermier aux fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Penne rigate / Fondue de poireaux</li> <li>Sauce carbonara de poisson frais</li> <li>Coulommiers</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>

\*Concombres, fromage blanc, moutarde, jus de citron.

*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.

Menus du 13 au 17 octobre 2025

*Un jour, une recette!*

**lundi 13**

- Mac and cheese revisité
- au potimarron et épices douces
- Tomme blanche
- Fruit de saison

**mardi 14**

- Céleri rémoulade au curry
- Haut de cuisse de poulet rôti aux herbes
- Potatoes au paprika
- Fromage blanc à la cassonade

**mercredi 15**

**jeudi 16**

- Poisson pané sauce tartare
- Chou fleur rôti au cumin et boulgour
- Emmental
- Fruit de saison

- Jambon grillé, sauce dijonnaise
- Petits pois carottes / Semoule
- Gouda
- Moelleux chocolat courgette



*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		<input checked="" type="checkbox"/> <b>Chez Armonys, on cuisine!</b> : Nos repas sont préparés avec soin par une équipe de cuisine engagée, à partir d'une majorité de <b>produits frais</b> . Viandes crues de bœuf, porc, agneau/mouton et volaille servies en l'état (hors viandes hachées et préparations de viande) : <b>Origine France</b> , conformément au décret n°2022-65. Menus susceptibles d'évoluer selon l'approvisionnement.
Céréales, légumes secs	Produit laitier		<input checked="" type="checkbox"/> <b>Allergies et intolérances</b> : 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.
Produit sucré	Matière grasse cachée		