



























Menus du 27 avril au 1 mai 2026

lundi 27	mardi 28	mercredi 29	jeudi 30	vendredi 1
<ul style="list-style-type: none"> <li> Acras de morue sauce curry coco</li> <li> Boulgour</li> <li> Fromage</li> <li> Compote pomme banane</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> Salade de croûtons et emmental</li> <li> Blanquette de légumes* aux graines de kasha</li> <li> Riz</li> <li> Fruit de saison</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li> Bœuf aux olives</li> <li> Carottes vichy</li> <li> Fromage</li> <li> Gâteau maison</li> </ul>	

\* Navet boule d'or, petits pois, champignons.

Menus du 4 au 8 mai 2026

lundi 4	mardi 5	mercredi 6	jeudi 7	vendredi 8
<ul style="list-style-type: none"> <li> Salade chinoise*</li> <li> Émincé de dinde sauce colombo</li> <li> Semoule et poêlée de haricots verts</li> <li> Liégeois au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> Chipolatas grillées</li> <li> Purée de pommes de terre</li> <li> Fromage</li> <li> Fruit de saison</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li> Concombre, vinaigrette à la framboise</li> <li> Croque au fromage</li> <li> Salade verte</li> <li> Yaourt fermier sucré</li> </ul>	

\* Chou chinois, mimolette, vinaigrette au miel

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.

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 11 au 15 mai 2026

lundi 11	mardi 12	mercredi 13	jeudi 14	vendredi 15
<ul style="list-style-type: none"> <li> Taboulé à la menthe</li> <li> Poisson pané sauce tartare</li> <li> Petits pois</li> <li> Crème à la vanille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> Penne rigate</li> <li> Sauce bolognaise</li> <li> Fromage</li> <li> Fruit de saison</li> </ul>			

## Menus du 18 au 22 mai 2026

lundi 18	mardi 19	mercredi 20	jeudi 21	vendredi 22
<ul style="list-style-type: none"> <li> Salade aux croûtons à l'ail emmental et noix</li> <li> Piccata Romana*</li> <li> Frites</li> <li> Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> Boulettes de bœuf tikka massala</li> <li> Épinards et boulgour</li> <li> Fromage</li> <li> Fromage blanc au miel et muesli</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li> Betteraves à l'échalote</li> <li> Pizza aux 3 fromages et pesto rouge au tournesol*</li> <li> Salade verte, vinaigrette balsamique</li> <li> Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li> Concombres, crème à l'aneth</li> <li> Filet de poisson sauce crème ciboulette</li> <li> Macaronis</li> <li> Yaourt fermier sucré</li> </ul>

\* Sauté de dinde, chorizo, poivrons, oignons, crème.

\* Pâte à pizza, pesto (sœ tomate, ail, graines de tournesol, basilic), mozzarella, Cantal, emmental.

### 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 25 au 29 mai 2026

lundi 25	mardi 26	mercredi 27	jeudi 28	vendredi 29
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade verte au cheddar et oignons frits</li> <li>Dahl de lentilles corail à la provençale</li> <li>Riz pilaf</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes vinaigrette</li> <li>Calamars à la romaine</li> <li>Blésotto aux courgettes et tomates</li> <li>Yaourt fermier aromatisé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jambon grillé</li> <li>Petits pois carottes, crème dijonnaise</li> <li>Fromage</li> <li>Gâteau maison</li> </ul>

Menus du 1 au 5 juin 2026

lundi 1	mardi 2	mercredi 3	jeudi 4	vendredi 5
<ul style="list-style-type: none"> <li>Pâté de foie cornichon</li> <li>Gratin de coquillettes sauce béchamel</li> <li>A l'éffiloché de dinde</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rôti de porc jus au thym</li> <li>Haricots blancs aux carottes</li> <li>Fromage</li> <li>Compote pomme rhubarbe</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Pommes de terre à l'échalote et ciboulette</li> <li>Quiche tomate, mozzarella origan</li> <li>Salade verte</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feuilleté roulé au chorizo</li> <li>Poisson sauce ratatouille</li> <li>Semoule couscous</li> <li>Fromage blanc à la cassonade</li> </ul>

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 8 au 12 juin 2026

lundi 8	mardi 9	mercredi 10	jeudi 11	vendredi 12
<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de mini farfalles au pesto</li> <li>Fricassée de dinde aux champignons</li> <li>Haricots verts à l'ail</li> <li>Yaourt fermier sucré</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Toast chèvre, miel</li> <li>Tajine de légumes* aux pois chiches</li> <li>Boulgour</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade verte, vinaigrette au vinaigre de cidre</li> <li>Galette saucisse</li> <li>Fromage</li> <li>Gâteau au citron et graines de pavot</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Filet de poisson</li> <li>Gratin de pommes de terre sauce moutarde à l'ancienne</li> <li>Fromage</li> <li>Melon</li> </ul>

\* Carottes courgettes



lundi 15	mardi 16	mercredi 17	jeudi 18	vendredi 19
<ul style="list-style-type: none"> <li>Pastèque</li> <li>Chili con carne</li> <li>Riz</li> <li>Glace</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cake au cheddar et cantal</li> <li>Filet de poisson meunière, beurre citronné</li> <li>Petits pois aux dés de courgettes</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Tomates vinaigrette</li> <li>Ty Pavégétal estival*</li> <li>Salade verte</li> <li>Mousse au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fiducia</li> <li>A la volaille</li> <li>Tomme Catalane</li> <li>Salade d'agrumes</li> </ul>

\*Pavé de légumineuses, céréales, légumes d'été, servi avec un coulis de poivrons.

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 22 au 26 juin 2026

lundi 22	mardi 23	mercredi 24	jeudi 25	vendredi 26
<ul style="list-style-type: none"> <li>Tortis semi-complètes</li> <li>Caviar d'aubergine et tomates</li> <li>Fromage</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées vinaigrette</li> <li>Sauté de bœuf au paprika</li> <li>Gratin de pommes de terre aux blettes</li> <li>Glace</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Taboulé fraîcheur</li> <li>Poulet rôti</li> <li>Ratatouille provençale et frites</li> <li>Crème dessert au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Curry de poisson*</li> <li>Blé tendre</li> <li>Fromage</li> <li>Gâteau maison</li> </ul>

\*Lait de coco et pois gourmands

Menus du 29 juin au 3 juillet 2026

lundi 29	mardi 30	mercredi 1	jeudi 2	vendredi 3
<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade mexicaine*</li> <li>Sauté de porc sauce ajenaise</li> <li>Carottes rôties au beurre et thym</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de tomates mozzarella au basilic</li> <li>Cari de courgettes aux 2 lentilles</li> <li>Riz de Camargue</li> <li>Compote de pommes</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Concombres crème ciboulette</li> <li>Brandade de sardines à la catalane*</li> <li>Salade verte</li> <li>Glace</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jambon</li> <li>Chips</li> <li>Emmental</li> <li>Duo de pastèque et melon</li> </ul> 

\* Riz, haricots rouges, mimolette, vinaigrette au ketchup.

\* Confit de légumes (oignons, poivrons, pulpe de tomate), sardines émietées

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.