

Menus du 2 au 6 novembre 2026

lundi 2	mardi 3	mercredi 4	jeudi 5	vendredi 6
- Carottes râpées, vinaigrette au miel - Macaronis - Au chorizo et lentilles corail sauce crémeuse - Gouda - Fruit de saison	- Salade de riz - Sauté de bœuf façon bourguignon - Petits pois aux oignons - Mimolette - Liégeois au chocolat	- Betteraves aux poires - Filet de dinde sauce dijonnaise - Duo de haricots - Fromage - Pain perdu	- Velouté de tomates au vermicelle* - Pizza savoyarde - Salade verte - Petit suisse - Fruit de saison	- Pâté de campagne, cornichon - Colombo de poisson frais - Écrasé aux 2 patates* - Brie - Compote pommes bananes

* 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 - Mijoté de porc aux olives vertes - Carottes vichy - Fromage - Yaourt fermier aromatisé	- Salade feuille de chêne rouge aux croûtons - Omelette au fromage - Pommes rissolées - Emmental - Fruit de saison		- Soupe Indienne* - Calamars à la romaine sauce tartare - Épinards crème - Cantal - Fruit de saison	Armonys CETTE ANNÉE, NOS ASSIETTES FONT UN TOUR DE FRANCE ! DÉCOUVRE LES SAVEURS DE NOS BELLES RÉGIONS !  - Rillettes de poisson citronnée - Fricassée de poulet au jus de pomme - Légumes Anciens* - Bûche laitière - Gâteau Breton

* Lentilles corail, patate douce, lait de coco.

* Panais et carottes jaunes

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.

Menus du 16 au 20 novembre 2026

lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19	vendredi 20
- Velouté Dubarry° - Sauté de volaille à la crème - Blé tendre - Edam - Fruit de saison	- Salade d'endives aux pommes - Cassoulet (saucisse, saucisson à l'ail) - De haricots blancs aux carottes - Saint Paulin - Yaourt fermier sucré	- Velouté de légumes - Fajitas de bœuf° - Salade verte - Panna cotta - Aux dés de mangue	- Céleri sauce fromage blanc curry - Poisson meunière - Purée de brocolis et de pommes de terre - Tomme des Pyrénées - Fruit de saison	- Betteraves à l'échalote - Quiche aux légumes - Salade verte - Camembert - Compote de pommes

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

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

* Butternut rôti, mozzarella.

Menus du 23 au 27 novembre 2026

lundi 23	mardi 24	mercredi 25	jeudi 26	vendredi 27
- Salade verte au maïs et suimi - Sauté de porc sauce barbecue - Potatoes - Mimolette - Fromage blanc confiture	- Carottes râpées, vinaigrette citronnée - Moelleux à la patate douce - Petits pois - Saint Nectaire - Fruit de saison	- Salade de perles aux agrumes - Accras de morue - Chou fleur béchamel - Fromage - Compote de fruits	- Potage parmentier - Poulet rôti façon tandoori - Haricots beurre persillés - Brie - Fruit de saison	- Salade de mâche aux betteraves - Poisson frais, crème citronnée aux légumes - Boullgour - Petit suisse aux fruits - 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 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.

Menus du 30 novembre au 4 décembre 2026

lundi 30	mardi 1	mercredi 2	jeudi 3	vendredi 4
- Salade verte arlequin, vinaigrette à la framboise - Jambon blanc - Pommes de terre à la crème de raclette - Yaourt fermier sucré - Fruit de saison	- Salade multicolore* - Poisson pané au citron frais - Butternut rôtie et carottes - Tomme blanche - Île flottante	- Salade coleslaw* - Haut de cuisse de poulet mariné - Poêlée de haricots verts aux oignons - Fromage - Pâtisserie du chef	- Velouté de potimarron - Pain de viande aux herbes* sauce napolitaine - Frites - Tomme Montcadi - Fruit de saison	- Céleri sauce aurore* - Curry de carottes et pois chiches au lait de coco - Semoule - Cantal - Yaourt fermier aromatisé

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

* Carottes, chou blanc, fromage blanc, 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 Crécy - Émincé de dinde sauce blanche aux épices kebab - Riz pilaf - Fromage - Fruit de saison	- Terrine végétale, cornichon - Penne rigate - Sauce Arrabbiata douce* - Emmental râpé - Compote de fruits	- Salade verte aux croûtons - Parmentier de bœuf et lentilles vertes - Au potimarron - Fromage - Crème à la vanille	- Roulé au fromage - Longe de porc rôtie sauce moutarde - Petits pois carottes - Fromage - Fromage blanc à la cassonade	- Betteraves aux pommes - Brandade de poisson frais - Salade verte - Camembert - 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.

Menus du 14 au 18 décembre 2026

lundi 14

-  Duo de râpés*, vinaigrette balsamique
-  Boulettes de bœuf sauce tajine
-  Semoule
-  Gouda
-  Yaourt fermier aromatisé

* Carottes et chou chinois.

mardi 15

-  Salade de pommes de terre°
-  Quiche maraîchère**
-  Salade verte
-  Petit suisse
-  Fruit de saison

° Pdt, échalotes, ciboulette, vinaigrette au yaourt.
** Carottes et oignons râpés, mimolette.

mercredi 16

-  Velouté de butternut
-  Gnocchis
-  Au jambon
-  Yaourt à la vanille
-  Fruit de saison

jeudi 17

Repas de Noël



vendredi 18

-  Velouté de légumes
-  Filet de poisson pané
-  Riz sauce tomate
-  Edam
-  Flan nappé au caramel



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.