

Menus du 2 au 6 mars 2026

lundi 2	mardi 3	mercredi 4	jeudi 5	vendredi 6
● Betteraves ciboulette ● Chili sin carne ● Riz ● Mimolette ● Fruit de saison	● Céleri rémoulade ● Sauté de porc sauce coriandre ● Purée Dubarry° ● Saint Paulin ● Yaourt fermier aromatisé		● Velouté de légumes au fromage frais ● Coquillettes ● Sauce bolognaise de lentilles aux graines de kasha ● Gouda ● Mousse au chocolat	● Feuilleté au fromage ● Filet de poisson frais sauce crème citronnée ● Carottes vichy ● Fruit de saison

° Pommes de terre et chou fleur

Menus du 9 au 13 mars 2026

lundi 9	mardi 10	mercredi 11	jeudi 12	vendredi 13
● Taboulé d'hiver° ● Émincé de dinde à la forestière ● Haricots beurre ● Emmental ● Crème à la vanille	● Radis beurre ● Parmentier aux lentilles corail et petits légumes° ● Salade, vinaigrette au Xéres ● Bûche laitière ● Compote de fruits		● Potage crécy° au cumin ● Filet de poisson pané sauce tartare ● Épinards à la crème et boulgour ● Saint Nectaire ● Fruit de saison	● Duo de batavia et mâche aux croûtons ● Cassoulet du chef ● Saucisson à l'ail et chipolata ● Fromage blanc au miel de Molac

° Semoule, chou fleur haché, pommes.

° Carottes, céleri branche, oignons.

° Pommes de terre, carottes

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 16 au 20 mars 2026

lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19	vendredi 20
● Betteraves au maïs ● Macaronis ● Sauce curry de pois chiches ● Tomme blanche ● Fruit de saison	● Salade de perles au surimi ● Bœuf massalé ● Julienne de légumes d'hiver° ● Crème pâtissière aux éclats de m&m's		● Soupe de tomates°, vermicelle ● Poulet de Janzé rôti ● Haricots verts persillés ● Mimolette ● Fruit de saison	● Duo de râpés°, vinaigrette à l'orange ● Retour de pêche sauce Aurore ● Potatoes ● Gouda ● Compote de pommes et bananes

*Carottes, panais, poireaux

* Bouillon de légumes, concassé de tomates, oignon, ail

*Carottes, radis blanc

Menus du 23 au 27 mars 2026

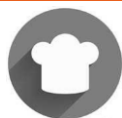
lundi 23	mardi 24	mercredi 25	jeudi 26	vendredi 27
● Velouté de pommes de terre au panais ● Riz pilaf aux lentilles corail ● et aux poireaux façon risotto ● Cantal ● Flan nappé au caramel	● Pâté de campagne, cornichon ● Sauté de dinde sauce au miel de Molac ● Blé tendre aux carottes ● Munster ● Fruit de saison		● Salade Sombbrero° ● Gratin de pommes de terre aux 3 fromages°° ● Salade verte, vinaigrette à l'échalotte ● Fruit de saison	● Salade de chou chinois° ● Échine de porc rôtie sauce moutarde ● Petits pois à la française ● Crème anglaise ● Gâteau d'anniversaire

* Carottes râpées, haricots rouges, vinaigrette à la tomate. °°Mozzarella, emmental, Cantal.

* Chou chinois, mimolette, vinaigrette balsamique.

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 30 mars au 3 avril 2026

lundi 30

- Salade multicolore*
- Sauté de porc sauce charcutière
- Haricots verts à l'ail
- Yaourt fermier aromatisé

* Tortis aux légumes, maïs, ciboulette, vinaigrette.

mardi 31

- Cake au fromage
- Tajine de légumes printaniers aux pois chiches
- Semoule couscous
- Tomme Montcadry
- Fruit de saison

* Carottes, blettes, oignons, ail, bouillon de légumes au raz el hanout tomate.

mercredi 1

jeudi 2

- Salade coleslaw
- Fish
- and chips
- Cheddar
- Apple pudding



vendredi 3

- Velouté de légumes
- Quiche aux blancs de poireaux et curry
- Salade verte
- Brie
- Fruit de saison

Menus du 6 au 10 avril 2026

lundi 6



mardi 7

- Toast de rillettes de sardines
- Émincé de dinde sauce chorizo
- Petits pois aux oignons
- Edam
- Fruit de saison

mercredi 8

jeudi 9

- Concombres à la crème
- Omelette
- Pommes de terre persillées
- Petit suisse aux fruits
- Fruit de saison

* Œufs, pommes de terre rissolées, oignons, mozzarella, ciboulette.

vendredi 10

- Carottes râpées vinaigrette
- Pizza au bœuf et patate douce
- Salade, vinaigrette balsamique
- Compote de pommes aux amandes

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.