

Menus du 5 au 9 janvier 2026

lundi 5	mardi 6	mercredi 7	jeudi 8	vendredi 9
<ul style="list-style-type: none"> Carottes râpées* Filet de poisson meunière sauce crème citronnée Riz doré Fromage blanc* 	<ul style="list-style-type: none"> Sauté de bœuf sauce moutarde à l'ancienne Haricots beurre Cantal* Galette des rois 	<ul style="list-style-type: none"> Haut de cuisse de poulet tandoori Gratin de pommes de terre et brocolis Fromage Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de blé au maïs sauce yaourt Quiche aux légumes d'hiver° Salade, vinaigrette au curry Compote pomme banane 	<ul style="list-style-type: none"> Velouté de légumes Pâtes tortis Carbonara aux poireaux Fruit de saison*

* Carotte, butternut, oignon.

Menus du 12 au 16 janvier 2026

lundi 12	mardi 13	mercredi 14	jeudi 15	vendredi 16
<ul style="list-style-type: none"> Chou chinois Émincé de dinde à la forestière Boulgour Liégeois au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> Rôti de porc, jus au thym Petits pois aux oignons Petit suisse au chocolat Fruit de saison* 	<ul style="list-style-type: none"> Velouté de Dubary Fajitas de bœuf au cheddar Salade verte Crumble aux pommes 	<ul style="list-style-type: none"> Bouillon de poule vermicelle Acras de morue sauce tartare Julienne de légumes au curcuma° Yaourt fermier* 	<ul style="list-style-type: none"> Betteraves aux poires* Gratin de pommes de terre aux 3 fromages° Salade verte Brownie pois chiche et cacao

* Carottes, panais, poireaux.

* Emmental, cantal AOP, mozzarella.

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.



* Produit subventionné par l'aide de l'UE à destination des écoles

Menus du 19 au 23 janvier 2026

lundi 19	mardi 20	mercredi 21	jeudi 22	vendredi 23
<ul style="list-style-type: none"> Sauté de porc sauce Agenaise Haricots plats et blé tendre Gouda Fruit de saison* 	<ul style="list-style-type: none"> Salade Coleslaw** Penne rigate semi-complètes Sauce Napolitaine aux lentilles corail Crème à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> Salade multicolore* Fricassée de colin crème ciboulette Gratin de courges Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de chicons et edam aux pommes Waterzooi de poulet Frites Gaufre de Bruxelles 	<ul style="list-style-type: none"> Céleri fromage blanc curry Pizza texane au bœuf* Salade verte Fruit de saison*

* Carottes, chou blanc, vinaigrette à la crème sertit à part

* Tortis multicolores, maïs, vinaigrette au Xérès.



* Bœuf haché, oignons, mozzarella, cheddar, paprika, origan.

Menus du 26 au 30 janvier 2026

lundi 26	mardi 27	mercredi 28	jeudi 29	vendredi 30
<ul style="list-style-type: none"> Dahl de carottes et panais aux lentilles Riz pilaf Mimolette Fruit de saison* 	<ul style="list-style-type: none"> Velouté à la patate douce et curry Jambon grillé, jus aux oignons Petits pois carottes Yaourt fermier aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> Betteraves à l'échalote Sauté de veau à la dijonnaise Pommes de terre persillées Flan au caramel 	<ul style="list-style-type: none"> Tajine de volaille aux légumes d'hiver Semoule parfumée Tome grise Fruit de saison* 	<ul style="list-style-type: none"> Salade emmental & croûtons vinaigrette Xérès Brandade De poisson frais aux herbes Gâteau du chef

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.



* Produit subventionné par l'aide de l'UE à destination des écoles

Menus du 2 au 6 février 2026

lundi 2	mardi 3	mercredi 4	jeudi 5	vendredi 6
<ul style="list-style-type: none"> Poisson pané citron frais Purée de butternut au cumin Saint Paulin Fruit de saison* 	<ul style="list-style-type: none"> Carottes râpées** Coquillettes Bolognaise de haricots rouges Crêpe de la Chandeleur 	<ul style="list-style-type: none"> Chou chinois croquant, vinaigrette au miel Boulettes de bœuf à la crème de panais Boulgour Yaourt à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> Velouté de pois cassés au fromage frais Filet de dinde sauce chorizo Poêlée de haricots verts aux oignons Smoothie à la banane 	<ul style="list-style-type: none"> Duo de râpés** Tartiflette Salade verte Fruit de saison*

* Vinaigrette au jus d'orange servit à part

* Carottes, radis noir, vinaigrette yaourt citron servit à part

Menus du 9 au 13 février 2026

lundi 9	mardi 10	mercredi 11	jeudi 12	vendredi 13
<ul style="list-style-type: none"> Rougail saucisse Riz créole Tome des Pyrénées* Fruit de saison* 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de mâche et emmental aux betteraves Omelette sauce ketchup Épinards à la crème et pommes de terre rissolées Mousse au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de chou rouge Blanquette de dinde Fondue de poireaux et blé doré Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Lasagnes de bœuf, lentilles blondes et carottes Salade verte à l'échalote Mimolette Fromage blanc aux éclats de spéculos** 	<ul style="list-style-type: none"> Soupe de tomate aux vermicelles° Curry de poisson frais au lait de coco Pomme de terre persillée Gâteau d'anniversaire

**Eclat de spéculoos servit à part

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.



* Produit subventionné par l'aide de l'UE à destination des écoles