

Menus du 19 au 23 octobre 2026

lundi 19

-  Fajitas de volaille
-  Poêlée de haricots rouges à la mexicaine
-  Fromage
-  Fruit de saison

mardi 20

-  Feuilleté au chorizo
-  Boulettes de bœuf sauce massalé
-  Petits pois aux oignons
-  Yaourt à la vanille

mercredi 21

-  Soupe de tomates vermicelles°
-  Gratin de pommes de terre sauce fromagère
-  Salade verte
-  Compote de pommes

° Tomates concassées, bouillon de légumes, oignons vermicelle.

jeudi 22

-  Carottes râpées à l'emmental, vgte au miel
-  Carbonara de poisson
-  Penne rigate
-  Fruit de saison

vendredi 23

- Taboulé à l'orientale
- Échine de porc rôtie,
jus lié
- Haricots verts à la forestière
- Mousse au chocolat

Menus du 26 au 30 octobre 2026

lundi 26

- Velouté de légumes
- Flammekueche gratinée
- Salade verte
- Crème dessert à la vanille

mardi 27

- Concombres à la fête
- Semoule aux pois chiches
- Et légumes d'automne°
- Fruit de saison

mercredi 28

- Haut de cuisse de poulet mariné
- Chou fleur rôti au paprika et pommes vapeur
- Fromage
- Pâtisserie du chef

jeudi 29

- Salade de chou chinois aux dés de fromage
- Poisson meunière au citron frais
- Épinards crème curry et blé doré
- Fruit de saison

vendredi 30

- | | | |
|---|--|---|
|  | Saucisson
anti-vampire |  |
|  | Hachis parmentier
sanguinolant | |
|  | Au bœuf et
lentilles blondes | |
|  | Fromage blanc au coulis
de cervelle |  |

* Carottes, potimarron, oignons, bouillon de légumes
tomaté, raz el hanout.

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.