

Menus du 3 au 7 novembre 2025

lundi 3

- Betteraves à l'échalote
- Filet de poisson sauce Aurore
- Riz Pilaf
- Emmental
- Fruit de saison

mardi 4

- ● Cake au cheddar et Cantal
- ● Ragoût de porc mijoté aux carottes et thym
- Petits pois aux oignons
- Petit suisse aux fruits
- Compote de pommes

mercredi 5



jeudi 6

- Bouillon de bœuf au vermicelle
- Poulet rôti
- Haricots beurre persillés
- Saint-Paulin
- Liégeois au chocolat

vendredi 7

- ● Céleri rave sauce rémoulade
- Curry de pois chiches au lait de coco
- Semoule
- Mimolette
- Fruit de saison

Menus du 10 au 14 novembre 2025

lundi 10

- Velouté de légumes
- Boulettes de bœuf sauce forestière
- ● Épinards à la crème et blé tendre
- Saint-Nectaire
- Fruit de saison

mardi 11



mercredi 12



jeudi 13

- Carottes râpées, vinaigrette au miel
- Macaronis
- ● Crème de potimarron aux lingots et muscade
- Edam
- Fruit de saison



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 17 au 21 novembre 2025

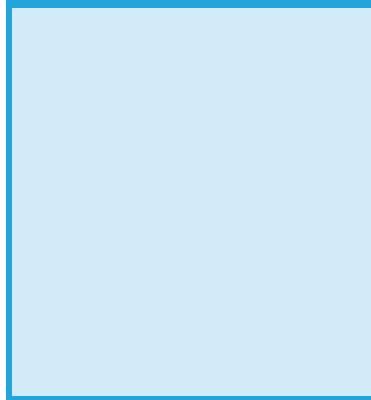
lundi 17

- Salade d'endives aux pommes et emmental
- Filet de poisson meunière au citron frais
- Riz et carottes à la crème d'ail
- Yaourt sucré
- Fruit de saison

mardi 18

- Velouté de butternut
- Pain de viande aux herbes°, sce Napolitaine
- Pommes rissolées
- Gouda
- Fruit de saison

mercredi 19



jeudi 20

- Salade coleslaw°
- Échine de porc rôtie sauce moutarde
- Haricots verts à la forestière
- Brie
- Pain perdu

vendredi 21

- Salade aux dés de fromage et croûtons
- Lasagnes
- Aux légumes d'automne° et lentilles corail
- Tomme noire des Pyrénées
- Crème à la vanille

* Bœuf, chair à saucisse.

* Carottes, chou blanc, crème fraîche, vinaigrette.

* Potimarron, carottes, blancs de poireaux.

Menus du 24 au 28 novembre 2025

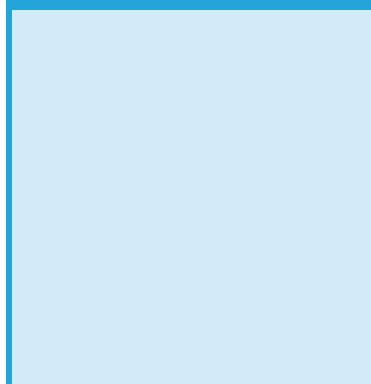
lundi 24

- Carottes râpées, vinaigrette balsamique
- Émincé de dinde sauce blanche aux épices kebab
- Blé tendre
- Saint-Paulin
- Fromage blanc à la confiture

mardi 25

- Velouté de légumes aux pois cassés
- Pizza aux 3 fromages°
- Salade verte
- Petit suisse sucré
- Fruit de saison

mercredi 26



jeudi 27

- Salade de pommes de terre°
- Bœuf aux olives vertes
- Petits pois carottes
- Emmental
- Compote pommes bananes

vendredi 28

- Betteraves aux pommes
- Filet de poisson crème citronnée
- Gratin de potiron
- Tomme de Savoie
- Gâteau d'anniversaire

* Mozzarella, emmental, Cantal.

* Pommes de terre, dés de fromage, échalotes, ciboulette, vinaigrette au yaourt.



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 1 au 5 décembre 2025

lundi 1

- Taboulé aux fruits secs
- Calamars à la romaine sauce tartare
- Purée crécy au beurre
- Petit suisse aux fruits
- Fruit de saison

mardi 2

- Rillettes de poisson au colombo
- Penne rigate
- Au chorizo et sauce crémeuse aux poivrons
- Edam
- Île flottante

mercredi 3



jeudi 4

- Pâté de campagne, cornichon
- Sauté de dinde Vallée d'Auge
- Brocolis et boulgour
- Brie
- Fruit de saison

vendredi 5

- Velouté de lentilles corail au cumin°
- Omelette au fromage
- Pommes noisettes
- Saint-Nectaire
- Yaourt aromatisé

* Carottes, lentilles corail, oignons, crème, cumin.

Menus du 8 au 12 décembre 2025

lundi 8

- Céleri fromage blanc curry
- Jambon grillé
- Petits pois aux oignons
- Yaourt sucré
- Fruit de saison

mardi 9

- Velouté de légumes
- Emincé de boeuf à la mexicaine°
- Salade verte, vinaigrette
- Gouda
- Flan nappé au caramel

mercredi 10



jeudi 11

- Oeuf dur mayonnaise
- Gratin de carottes et potimarron
- Au quinoa
- Bûche laitière
- Gâteau d'anniversaire

vendredi 12

- Salade de chou chinois°
- Filet de poisson à la crème de poireaux
- Chou-fleur béchamel
- Tomme blanche
- Fruit de saison

* Chou chinois, lardons, vinaigrette au 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 crus** de boeuf, 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 15 au 19 décembre 2025

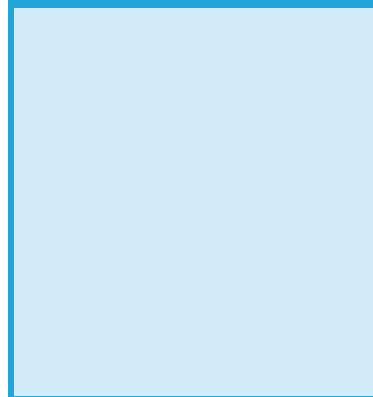
lundi 15

- Salade de mâche et betteraves ciboulette
- Risotto de pâtes semi-complètes
- Aux champignons et fromage
- Yaourt fermier
- Fruit de saison

mardi 16

- Potage de légumes
- Cassoulet (saucisse, saucisson ail)
- De haricots blancs aux carottes
- Emmental
- Fromage blanc à la cassonade

mercredi 17



jeudi 18

- Sauté de dinde à l'orange et aux 4 épices
- Pom'Rösti et butternut rôti au miel
- Triangle pâte à tartiner noisette M&M'S
- Clémentine
- Chocolats de Noël

Repas de Noël

vendredi 19

- Assortiment de crudités
- Acras de poisson sauce citron
- Riz pilaf, julienne de carottes et poireaux
- Mimolette
- Yaourt aromatisé



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.