

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 Emmental Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Velouté de potimarron Filet de dinde sauce moutarde à l'ancienne Haricots beurre Galette des rois 		<ul style="list-style-type: none"> Salade de blé au maïs sauce yaourt Quiche aux légumes d'hiver* Salade verte Gouda Compote pommes banane 	<ul style="list-style-type: none"> Rillettes de sardines au fromage frais Pâtes tortis Sauce carbonara Petit Suisse aux fruits

*Poireaux, cheddar, oignon.

Menus du 12 au 16 janvier 2026

lundi 12	mardi 13	mercredi 14	jeudi 15	vendredi 16
<ul style="list-style-type: none"> Céleri rémoulade Émincé de dinde à la forestière Bouलगour Flan nappé au caramel 	<ul style="list-style-type: none"> Feuilleté au fromage Rôti de porc, jus au thym Petits pois aux oignons Petit suisse au chocolat Fruit de saison 		<ul style="list-style-type: none"> Bouillon de légumes vermicelle Colin pané au citron Julienne de légumes au curcuma* Brie Fruit de saison 	<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.

Menus du 19 au 23 janvier 2026

lundi 19	mardi 20	mercredi 21	jeudi 22	vendredi 23
<ul style="list-style-type: none"> Velouté à la patate douce et curry Sauté de porc aux pruneaux Haricots plats Emmental 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 de chicons aux pommes Waterzoi de poulet PDT vapeur Edam Gaufre de Bruxelles 	<ul style="list-style-type: none"> Céleri fromage blanc curry Pizza texane au bœuf* Salade verte Petit suisse aux fruits Fruit de saison

* Carottes, chou blanc, crème fraîche, vinaigrette.

* 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"> Velouté de légumes Dahl de carottes aux lentilles Riz pilaf Mimolette Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade Marco Polo* Sauté de porc au jus Petits pois carottes Yaourt fermier aromatisé 		<ul style="list-style-type: none"> Pâté de foie, cornichon Bourguignon Coquillettes Tome grise Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade aux croûtons, emmental Brandade de poisson Salade verte Gâteau d'anniversaire

* Mini penne, surimi, crème fraîche, jus de citron, aneth.

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.


Menus du 2 au 6 février 2026

lundi 2	mardi 3	mercredi 4	jeudi 5	vendredi 6
<ul style="list-style-type: none"> Taboulé d'hiver* Poisson pané citron frais Purée de carottes Gouda Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Betteraves Coquillettes Bolognaise de haricots rouges Petit suisse sucré Crêpe de la Chandeleur  		<ul style="list-style-type: none"> Velouté de légumes Filet de dinde sauce chorizo Poêlée de haricots verts Mousse au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> Duo de râpés* Tartiflette Salade verte Yaourt fermier sucré Fruit de saison

* Couscous, petits pois, échalote, abricot sec, jus de citron, huile d'olive.

* Carottes, radis noir, vinaigrette yaourt citron.

Menus du 9 au 13 février 2026

lundi 9	mardi 10	mercredi 11	jeudi 12	vendredi 13
<ul style="list-style-type: none"> Potage crécy Rougail saucisse Riz créole Brie Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de mâche aux betteraves Nuggets végétarien sauce ketchup Pommes de terre rissolées Crème dessert vanille 		<ul style="list-style-type: none"> Salade verte à l'échalote Lasagnes De bœuf Mimolette Gâteau d'anniversaire  	<ul style="list-style-type: none"> Crudités Curry de poisson frais au lait de coco Purée de PDT Fromage blanc sucré

*Boulgour, carottes, pommes, vinaigrette au curcuma.

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.