

## Menus du 5 au 9 janvier 2026

lundi 5	mardi 6	mercredi 7	jeudi 8	vendredi 9
<ul style="list-style-type: none"> <li>Velouté de potimarron</li> <li>Poisson à la Catalane</li> <li>Riz doré</li> <li>Emmental</li> <li>Fruit de saison*</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées</li> <li>Tajine de volaille aux légumes d'hiver</li> <li>Semoule parfumée</li> <li>Camembert*</li> <li>Galette des rois</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Œufs macédoine</li> <li>Poulet rôti tandoori</li> <li>Gratin de pommes de terre et brocolis</li> <li>Fromage</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de blé au maïs sauce yaourt</li> <li>Quiche aux légumes d'hiver*</li> <li>Salade verte</li> <li>Yaourt fermier Nature*</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rillettes de sardines au fromage frais</li> <li>Pâtes tortis</li> <li>Sauce carbonara</li> <li>Cantal</li> <li>Compote pommes banane*</li> </ul>

\* Carotte, 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"> <li>Céleri rémoulade</li> <li>Émincé de dinde à la forestière</li> <li>Boulgour</li> <li>Tome Montcadry*</li> <li>Flan nappé au caramel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Feuilleté au fromage</li> <li>Rôti de porc, jus au thym</li> <li>Petits pois aux oignons</li> <li>Petit suisse au chocolat</li> <li>Fruit de saison*</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade Coleslaw</li> <li>Fajitas de bœuf au cheddar</li> <li>Salade verte</li> <li>Fromage blanc</li> <li>Crumble aux pommes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bouillon de légumes vermicelle</li> <li>Acras de morue sauce tartare</li> <li>Julienne de légumes au curcuma*</li> <li>Brie</li> <li>Fruit de saison*</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Betteraves vinaigrette</li> <li>Gratin de pommes de terre aux 3 fromages*</li> <li>Salade verte</li> <li>Yaourt fermier sucré</li> <li>Brownie pois chiche et cacao</li> </ul>

\* 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**. **Vianes 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

- Velouté à la patate douce et curry
- Sauté de dinde sauce pruneaux
- Haricots plats
- Bûche laitière
- Fruit de saison\*

### mardi 20

- Salade Coleslaw°
- Penne rigate semi-complètes
- Sauce Napolitaine aux lentilles corail
- Tome blanche\*
- Crème à la vanille

\* Carottes, chou blanc, crème fraîche, vinaigrette.

### mercredi 21

- Salade multicolore°
- Fricassée de colin crème ciboulette
- Gratin de courges
- Fromage
- Fruit de saison

\* Tortis multicolores, maïs, vinaigrette au Xérès.

### jeudi 22

- Salade de chicons aux pommes
- Waterzoi de poulet
- Pomme de terre au four
- Edam\*
- Gaufre de Bruxelles



### vendredi 23

- Céleri fromage blanc curry
- Pizza texane au bœuf°
- Salade verte
- Petit suisse aux fruits
- Fruit de saison\*

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

## Menus du 26 au 30 janvier 2026

### lundi 26

- Velouté de légumes
- Dahl de carottes et panais aux lentilles
- Riz pilaf
- Mimolette
- Fruit de saison\*

### mardi 27

- Salade Marco Polo°
- Echine de porc au jus
- Petits pois carottes
- Saint Nectaire\*
- Yaourt fermier aromatisé

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

### mercredi 28

- Betteraves à l'échalote
- Sauté de dinde à la dijonnaise
- Coquillettes
- Fromage
- Compote de fruits

### jeudi 29

- Œuf dur mayonnaise
- Bœuf bourguignon
- PDT vapeur
- Tome grise
- Fruit de saison\*

### vendredi 30

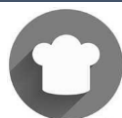
- Salade aux croûtons, emmental, vinaigrette
- Brandade
- De poisson frais aux herbes
- Emmental\*
- Gâteau d'anniversaire



## 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"> <li>Velouté de pois cassés au fromage frais</li> <li>Poisson meunière citron frais</li> <li>Purée de carottes au cumin</li> <li>Gouda</li> <li>Fruit de saison*</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes rapées</li> <li>Coquillettes</li> <li>Bolognaise de haricots rouges</li> <li>Brie*</li> <li>Crêpe de la Chandeleur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chou chinois croquant, vinaigrette au miel</li> <li>Boulettes de bœuf à la crème de panais</li> <li>Boullgour</li> <li>Fromage</li> <li>Yaourt à la vanille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de boullgour</li> <li>Filet de dinde sauce à la crème</li> <li>Poêlée de haricots verts</li> <li>Cantal*</li> <li>Mousse au chocolat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Duo de râpés°</li> <li>Tartiflette</li> <li>Salade verte</li> <li>Yaourt fermier sucré</li> <li>Fruit de saison*</li> </ul>

\* 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"> <li>Potage crécy</li> <li>Rougail saucisse</li> <li>Riz créole</li> <li>Brie*</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Betteraves vinaigrette</li> <li>Omelette sauce ketchup</li> <li>Pommes de terre rissolées</li> <li>Tomme*</li> <li>Smoothie à la banane/fruit rouge</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Soupe de tomate aux vermicelles°</li> <li>Blanquette de dinde</li> <li>Fondue de poireaux et semoule</li> <li>Petit suisse sucré</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade verte à l'échalote</li> <li>Lasagnes</li> <li>De bœuf, lentilles blondes</li> <li>Mimolette</li> <li>Gâteau d'anniversaire</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Boullgour à l'indienne°</li> <li>Curry de poisson frais au lait de coco</li> <li>Chou fleur persillé</li> <li>Camembert*</li> <li>Fromage blanc aux éclats de spéculoss</li> </ul>

\* Bouillon de légumes, tomates pelées, basilic, vermicelles.

\* Boullgour, 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.



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