RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Plougoumelen

Nos menus intègrent en rythme annuel 50% de produits de qualité supérieure (Bio, AOC, AOP, Haute Valeur Environnementale, etc...) dont 20% de bio minimum.

Menus du 2 au 6 novembre 2026

lundi 2

- Carottes râpées, vinaigrette au miel
- Macaronis
- Au chorizo et lentilles corail sauce crémeuse
- Liégeois au chocolat

mardi 3

- Salade de riz au pesto rouge°
- Sauté de bœuf façon bourguignon
- Petits pois aux oignons
- Fruit de saison

° Riz, courge rôtie, concentré de tomate, huile de colza, mimolette, graines de tournesol.

mercredi 4

- Filet de dinde sauce dijonnaise
- Duo de haricots
- Fromage
- Pain perdu

jeudi 5

- Velouté de tomates au vermicelle°
- Pizza aux 3 fromages (Mozzarella, emmental, Cantal)
- Salade verte
- Fruit de saison

° Concassée de tomates, carottes, oignons, vermicelle.

Vendredi 6

- Colombo de poisson frais
- Écrasé aux 2 patates°
- Edam
- Compote pommes bananes

° Patates douces, pommes de terre.

Menus du 9 au 13 novembre 2026

lundi 9

- Taboulé aux fruits secs
- Mijoté de porc aux olives vertes
- Carottes vichy
- Yaourt fermier aromatisé

mardi 10

- Salade feuille de chêne rouge emmental et croûtons
- Omelette crème forestière
- Pommes rissolées
- Fruit de saison

mercredi 11



jeudi 12

- Calamars à la romaine sauce tartare
- Épinards crème curry et blé tendre
- Cantal
- Fruit de saison

Armonys

CETTE ANNÉE, NOS ASSIETTES FONT UN TOUR DE FRANCE !

DÉCOUVRE LES SAVEURS DE NOS BELLES RÉGIONS !

Vendredi 13

- **Fricassée de poulet au jus de pomme**
- **Légumes Anciens°**
- **Bûche laitière**
- **Gâteau Breton**



° Panais et carottes jaunes caramélisées

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 brutes et hachées (bœuf, porc, agneau, mouton et volaille) : **Origine France** .
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.

RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Plougoumelen

Nos menus intègrent en rythme annuel 50% de produits de qualité supérieure (Bio, AOC, AOP, Haute Valeur Environnementale, etc...) dont 20% de bio minimum.

Menus du 16 au 20 novembre 2026

lundi 16

- Velouté Dubarry°
- Fusillis
- Sauce carbonara de volaille
- Fruit de saison

° Chou fleur, pommes de terre, oignons, lait.

mardi 17

- Salade d'endives aux pommes
- Cassoulet (saucisse, saucisson à l'ail)
- De haricots blancs aux carottes
- Yaourt fermier sucré

mercredi 18

- Velouté de légumes
- Fajitas de bœuf°
- Salade verte
- Panna cotta aux dés de mangue

° Poêlée de julienne de carottes aux oignons, bœuf haché, fromage râpé.

jeudi 19

- Poisson meunière
- Purée de pommes de terre et brocolis
- Tomme des Pyrénées
- Fruit de saison

Vendredi 20

- Lasagnes aux légumes°
- Salade verte
- Gouda
- Compote de pommes

° Béchamel , tomates concassées aux haricots rouges, fondue de poireaux et butternut rôtis.

Menus du 23 au 27 novembre 2026

lundi 23

- Salade verte mimolette et graines de tournesol
- Sauté de porc sauce barbecue
- Potatoes
- Fromage blanc confiture

mardi 24

- Velouté Saint-Germain
- Moelleux à la patate douce et graines de lin
- Salade verte
- Yaourt fermier aromatisé

mercredi 25

- Carotte rapée
- Accras de morue
- Gratin de pomme de terre et chou fleur béchamel
- Compote de fruits

jeudi 26

- Poulet rôti façon tandoori
- Haricots beurre persillés et riz
- Saint Nectaire
- Fruit de saison

Vendredi 27

- Salade de mâche aux dés d'emmental et betteraves
- Poisson frais crème citronnée
- Julienne de légumes° et boulgour
- Gâteau d'anniversaire 

° Carottes, poireaux, navet boule d'or.

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 brutes et hachées (bœuf, porc, agneau, mouton et volaille) : **Origine France** .
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.

RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Plougoumelen

Nos menus intègrent en rythme annuel 50% de produits de qualité supérieure (Bio, AOC, AOP, Haute Valeur Environnementale, etc...) dont 20% de bio minimum.

Menus du 30 novembre au 4 décembre 2026

lundi 30	mardi 1	mercredi 2	jeudi 3	Vendredi 4
Salade verte, vinaigrette	Salade multicolore°	Haut de cuisse de poulet mariné	Velouté de potimarron au fromage frais	Céleri sauce aurore°
Jambon blanc et rosette	Poisson pané au citron frais	Poêlée de haricots verts aux oignons	Pain de viande aux herbes° sauce napolitaine	Curry de carottes et pois chiches au lait de coco
Pommes de terre à la crème de raclette	Butternut rôtie	Fromage	Frites	Semoule
Fruit de saison	Île flottante	Pâtisserie du chef	Fruit de saison	Yaourt fermier aromatisé

° Pâtes multicolores, cheddar, maïs, échalote, ciboulette, vinaigrette.

° Bœuf haché et chair à saucisse.

° Mayonnaise, fromage blanc, concentré de tomates.

Menus du 7 au 11 décembre 2026

lundi 7	mardi 8	mercredi 9	jeudi 10	Vendredi 11
Velouté de carottes au miel	Terrine végétale, cornichon	Salade verte aux croûtons	Roulé au fromage	Brandade de poisson frais
Émincé de dinde sauce blanche aux épices kebab	Penne rigate gratinées	Parmentier de bœuf et lentilles vertes	Échine de porc rôtie sauce moutarde	Salade verte
Riz pilaf	Sauce Arrabbiata douce°	Au potimarron	Petits pois carottes	Saint Paulin
Fromage blanc à la cassonade	Compote de fruits	Crème à la vanille	Fruit de saison	Gâteau d'anniversaire 

° Tomates concassées, oignon, ail, herbes, épices douces.

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 brutes et hachées (bœuf, porc, agneau, mouton et volaille) : **Origine France** .
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.

RESTAURANT SCOLAIRE

Commune de Plougoumelen

Nos menus intègrent en rythme annuel 50% de produits de qualité supérieure (Bio, AOC, AOP, Haute Valeur Environnementale, etc...) dont 20% de bio minimum.

Menus du 14 au 18 décembre 2026

lundi 14

- Duo de râpés°, vinaigrette balsamique
- Boulettes de bœuf sauce tajine
- Semoule
- Yaourt fermier aromatisé

° Carottes et chou chinois.

mardi 15

- Salade de pommes de terre°
- Quiche maraîchère°°
- Salade verte
- Fruit de saison

° Pdt, échalotes, ciboulette, vinaigrette au yaourt.
°° Carottes et oignons râpés, mimolette.

mercredi 16

- Velouté de butternut
- Gratin de gnocchis
- Au jambon
- Fruit de saison

jeudi 17

- **Filet de dinde rôti sauce crémeuse aux marrons**
- **Pommes duchesses**
- **Roulé chocolat aux éclats de M&M's**
- **Clémentine**

Repas de Noël

vendredi 18

- Velouté de légumes
- Poisson frais
- Fondue de poireaux et riz doré
- Crème dessert chocolat



Toute l'équipe d'Armonys Restauration
vous souhaite de bonnes vacances !



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 brutes et hachées (bœuf, porc, agneau, mouton et volaille) : **Origine France** .
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.