



Menus du 7 au 11 juillet 2025

lundi 7	mardi 8	mercredi 9	jeudi 10	vendredi 11
<ul style="list-style-type: none"> Salade papillon* Pizza aux 3 fromages Salade verte Compote de pomme ou Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de radis roses au fromage blanc ou Salade de tomates aux dés de fromages Couscous aux boulettes d'agneau Légumes couscous aux pois chiches Glace 	<ul style="list-style-type: none"> Saucisson à l'ail, cornichon ou Terrine de poisson mayonnaise Roti de dinde sauce dijonnaise Bouलगूर Yaourt nature 	<ul style="list-style-type: none"> Gratin de coquillettes aux courgettes et saumon Fromage Fruit de saison ou Compote pommes banane 	<ul style="list-style-type: none"> Melon ou Pasteque Fajitas au bœuf Salade verte Flan nappé au caramel

* Pâtes papillon, tomates, poivrons, maïs, basilic, vinaigrette.

Menus du 14 au 18 juillet 2025

lundi 14	mardi 15	mercredi 16	jeudi 17	vendredi 18
	<ul style="list-style-type: none"> Tomates au dés de fromages et basilic ou Salade de betteraves aux dés de fromages Emincés de bœuf provençal Pommes noisettes Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> Betteraves ciboulette Lasagnes aux légumes d'été Salade verte, vinaigrette au Xéres Fromage blanc ou Yaourt aromatisé 	<ul style="list-style-type: none"> Tartine au fromage de chèvre et origan ou Feuilleté au fromage Sauté de dinde sauce curry Haricots verts aux oignons Panna cotta, coulis de fruits rouges 	<ul style="list-style-type: none"> Pastèque Blanquette de poisson Riz doré Liegeois vanille ou Liegeois chocolat

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Viande, poisson, oeuf
- Céréales, légumes secs
- Produit laitier
- Produit sucré
- 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.



Menus du 21 au 25 juillet 2025

lundi 21	mardi 22	mercredi 23	jeudi 24	vendredi 25
<ul style="list-style-type: none"> ● Chou chinois au maïs ou ● Salade de radis rapés ● Poulet basquaise ● Semoule et légumes basquaise ● Glace 	<ul style="list-style-type: none"> ● Tomates à l'échalote aux dés de mimolette ● Cari de courgettes aux 2 lentilles ● Riz pilaf ● Cake marbré cacao ou ● Gâteau du mois 	<ul style="list-style-type: none"> ● Concombres, crème ciboulette ou ● Salade verte aux croutons * ● Pizza pepperdinde ● Fromage ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Taboulé à l'orientale ou ● Salade de riz aux petits légumes ● Boulettes de boeuf sauce massalé ● Haricots beurre à l'ail ● Fromage blanc 	<ul style="list-style-type: none"> ● Carottes râpées, vinaigrette balsamique ● Parmentier ● de poisson à la provençale ● Yaourt à la vanille ou ● Yaourt nature sucré

Mozzarella, émincés de dinde, poivrons et origan

Menus du 28 juillet au 1 août 2025

lundi 28	mardi 29	mercredi 30	jeudi 31	vendredi 1
<ul style="list-style-type: none"> ● Calamars à la romaine ● Ratatouille et boulgour ● Fromage ● Fruit de saison ou ● Compote de fruits 	<ul style="list-style-type: none"> ● Feuilleté au fromage de chèvre et miel ou ● Tartine grillée camembert et herbes de provence ● Paupiette de veau sauce charcutière ● Julienne de légumes ● Yaourt aromatisé citron 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de pâtes au maïs ● Quiche méditerranéenne ● Salade verte ● Flan nappé au caramel ou ● Liégeois au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> ● Melon ou ● Pastèque ● Émincé de dinde à la forestière ● Petits pois aux oignons ● Crème dessert vanille 	<ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves mimosas ● Penne rigate ● Sauce carbonara de poisson ● Fromage blanc éclat de spéculoos ou ● Yaourt nature sucré

Lecture de l'équilibre nutritionnel et précisions concernant les menus

- Fruits et légumes
- Viande, poisson, oeuf
- Céréales, légumes secs
- Produit laitier
- Produit sucré
- 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.



Menus du 4 au 8 août 2025

lundi 4	mardi 5	mercredi 6	jeudi 7	vendredi 8
<ul style="list-style-type: none"> ●● Bettraves aux dés d'emmental ●● Rougail saucisse ● Riz créole ● Fromage ●● Glace 	<ul style="list-style-type: none"> ● Taboulé à la menthe ● Bœuf aux olives ● Haricots verts persillés ● Fromage ● Yaourt aromatisé fraise 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Tomate vinaigrette balsamique ● Pilons de poulet marinade tandoori ● Torsades ● Fromage ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Salade de minis penne* ● Tian de légumes ● Façon crumble ● Fromage ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Œufs dur mayonnaise ● Thon à la catalane* ●● Boulgour aux petits pois ● Fromage ● Yaourt nature

* Mini pennerigate, dés de tomates, dés de fromage, maïs, crème moutardée.

* Thon, tomates, oignons, cornichons, épices.

Menus du 11 au 15 août 2025

lundi 11	mardi 12	mercredi 13	jeudi 14	vendredi 15
<ul style="list-style-type: none"> ●● Salade verte aux dénoix ● Émincé de dinde sauce kebab ●● Pommes rissolées ● Fromage ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de carottes et radis râpés ● Poisson meuniere ●● Épinards crème curry et blé tendre ● Fromage ●● Flan au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> ●● Concombres au vinaigrette ●● Tarte aux 3 fromages ● Salade verte ● Petit suisse ●● Cake marbré cacao 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pastèque ● Omelette sauce ketchup ● Coquillettes ● Fromage ●● Crème dessert vanille 	<div style="text-align: center;"> </div>

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**. **Vianades 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.



Menus du 18 au 22 août 2025

lundi 18	mardi 19	mercredi 20	jeudi 21	vendredi 22
<ul style="list-style-type: none"> ● Betteraves et des de mimolette ● Paëlla ● de la mer ● Compote pomme banane ou ● Fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de tomates au maïs ● Gratin de gnocchis ● Julienne de légumes ● Gateau du mois ou ● Cookie 	<ul style="list-style-type: none"> ● Radis roses ● Tomate cerise ● Bœuf-courgettes ● Pomme risollées ● Fromage blanc sucré 	<ul style="list-style-type: none"> ● Carottes râpées et cheddar rapés vinaigrette ● Salade de maïs, mimolette aux poivrons ● Filet de dinde au curcuma ● Lentilles vertes ● Mousse au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> ● Melon ● Cake au fromage frais et ciboulette ● Salade, vinaigrette balsamique ● Fruit de saison ou ● Compote de pommes

Menus du 25 au 29 août 2025

lundi 25	mardi 26	mercredi 27	jeudi 28	vendredi 29
<ul style="list-style-type: none"> ● Pastèque ou ● Salade de radis rapés ● Haut de cuisse de poulet rôti au curry ● Blé à la forestière ● Glace 	<ul style="list-style-type: none"> ● Concombres, crème à l'aneth ● Macaronis gratinés ● Aubergines et tomates confites ● Flan nappé au caramel ou ● Crème dessert à la vanille 	<ul style="list-style-type: none"> ● Salade de chou chinois ● Poisson meunière sauce tartare ● Potatoes ● Yaourt vanille ou ● Yaourt nature sucré 	<ul style="list-style-type: none"> ● Feuilleté au fromage ou ● Tartine au fromage de chèvre et herbes de provence ● Jambalaya de dinde ● Petits pois aux oignons ● Ananas frais 	<ul style="list-style-type: none"> ● Melon ● Sandwich jambon dinde ● Chips ● Emmental ● Madeleine 

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.