

Menus du 6 juillet au 10 juillet

lundi 6


mardi 7

mercredi 8


jeudi 9


vendredi 10


Hors d'œuvre

 Taboulé à l'orientale


 Melon


 Pâté de foie cornichon

 Concombres crème ciboulette

 Tomates échalotes


Plat chaud et garnitures


 Fricassée de dinde à la forestière


 Quiche aux fromages

 Paëlla

 Pizza Texane au bœuf*


 Gratin de gnocchis au jambon

 Petits pois aux oignons

 Salade, vinaigrette au Xérès

 De la mer

 Salade verte

 Julienne de légumes°


Produit laitier

 Fromage


 Fromage

 Fromage


 Fromage

 Petit suisse aux fruits


Desserts

 Fruit de saison

 Glace

 Fruit de saison

 Yaourt aromatisé

 Clafoutis banane chocolat

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

° Courgettes, carottes, oignons.

Menus substitution


Filet de poisson au thym

Œuf dur mayonnaise

Pizza aux légumes d'été

Gratin de gnocchis au fromage

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 ou de consulter le classeur des allergènes mis à votre disposition.

Menus du 13 au 17 juillet
2026

	lundi 13	mardi 14	mercredi 15	jeudi 16	vendredi 17
Hors d'œuvre	 Salade de riz estivale*		 Carottes râpées, vinaigrette balsamique	 Melon	 Tomates à l'échalote
Plat chaud et garnitures	 Boulettes de bœuf à la provençale		 Macaronis gratinés	 Rôti de porc sauce charcutière	 Poisson pané citron
	 Haricots verts à l'ail		 Caviar d'aubergines et tomates confites	 Frites	 Gratin épinards et pomme de terre
Produit laitier	 Fromage		 Fromage	 Fromage	 Fromage
Desserts	 Fruit de saison		 Fruit de saison	 Fromage blanc à la cassonade	 Compote de pommes




* Riz, tomates, maïs, échalotes,
ciboulette, vinaigrette au Xéres.




Menus substitution

Roulé végétal

Nuggets de blé

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 des allergènes mis à votre disposition.

	lundi 20	mardi 21	mercredi 22	jeudi 23	vendredi 24
Hors d'œuvre	 Salade composée	 Salade tomates et radis roses	 Concombres vinaigrette	 Feuilleté au fromage	 Betteraves ciboulette
Plat chaud et garnitures	 Sauté de porc sauce chorizo  Carottes vichy	 Calamars à la romaine  Blé sauce tomates	 Omelette  Salade verte	 Cari de courgettes aux 2 lentilles  Riz pilaf	 Émincé de volaille sauce blanche  Frites
Produit laitier	 Fromage	 Fromage	 Fromage	 Fromage	 Fromage
Desserts	 Fruit de saison	 Yaourt au sucre de canne	 Crème dessert à la vanille	 Pana cotta aux fraises	 Fruit de saison







Menus substitution

Parmentier de carottes aux lentilles

Omelette fromage

Boulettes aux pois chiche

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 ou de consulter le classeur des allergènes mis à votre disposition.

Menus du 27 au 31 juillet
2026

lundi 27


mardi 28

mercredi 29


jeudi 30


vendredi 31


Hors d'œuvre

 Salade aux dés de fromage et tournesol


 Melon


 Salade papillon°


 Tomates au basilic


 Salade niçoise


Plat chaud
et garnitures


 Penne rigate

 Tian de légumes pesto rouge façon crumble


 Poisson meunière


 Croque monsieur


 Couscous au poulet rôti

 Sauce bolognaise au bœuf et lentilles


 Gnocchis poêlés

 Petits pois à la française

 Salade, vinaigrette au vinaigre de cidre

 Légumes couscous aux pois chiches

Produit laitier

 Fromage blanc à la confiture


 Fromage


 Fromage


 Petit suisse

 Fromage



Desserts

 Fruit de saison

 Liégeois au chocolat

 Fruit de saison

 Compote de fruits

 Tarte abricot 

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




Menus substitution




Sauce fromagère

Croque végétarien

Couscous de légumes

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 des allergènes mis à votre disposition.

Menus du 3 au 7 août 2026	lundi 3	mardi 4	mercredi 5	jeudi 6	vendredi 7
Hors d'œuvre	 Carottes râpées vinaigrette	 Melon	 Betteraves à l'échalote	 Taboulé à la menthe	 Cervelas, cornichon
Plat chaud et garnitures	 Émincé de dinde <hr/>  Boulgour et légumes basquaise	 Bœuf massalé <hr/>  Haricots beurre à l'ail et pommes vapeur	 Rougail saucisse <hr/>  Riz créole	 Quiche aux légumes <hr/>  Salade verte	 Coquillettes <hr/>  Sauce carbonara de poisson et carottes
Produit laitier	 Fromage	 Yaourt nature sucré	 Fromage	 Fromage	 Fromage
Desserts	 Glace	 Cookie	 Fruit de saison	 Crème au chocolat	 Fruit de saison
Menus substitution	Poisson meunière	Falafel	Roulé végétal sce basquaise		Crêpe fromage

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 des allergènes mis à votre disposition.

Menus du 10 au 14 août
2026

lundi 10


mardi 11

mercredi 12


jeudi 13


vendredi 14


Hors d'œuvre

 Pastèque


 Salade grecque


 Concombres, crème à l'aneth


 Salade de tomates au maïs


 Mousse de foie cornichons


Plat chaud
et garnitures

 Chili con carne


 Rôti de porc, jus au miel


 Haut de cuisse de poulet


 Dos de colin à la crème citronnée


 Lasagnes aux légumes d'été

 Riz

 Gratin de duo tomate et courgette

 Blé à la provençale


 Carottes et gnocchis

 Salade, vinaigrette balsamique

Produit laitier

 Fromage


 Fromage


 Fromage


 Crème anglaise

 Fromage


Desserts

 Yaourt aromatisé

 Fruit de saison

 Salade de fruits

 Barre pâtissière

 Crème dessert au chocolat

Menus substitution




Chili sin carne




Omelette

Tajines de légumes

Terrine de légumes

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 des allergènes mis à votre disposition.

Menus du 17 au 21 août
2026

lundi 17

mardi 18


mercredi 19


jeudi 20


vendredi 21

Hors d'œuvre

 Melon

 Saucisson à l'ail,
cornichon


 Salade de minis
penne°


 Concombres à la
crème


 Taboulé Libannais°

Plat chaud
et garnitures


 Boulettes de bœuf

 Brandade de
sardines à la catalane°

 Sauté de porc à la
dijonnaise


 Haut de cuisse

 Fajitas à la volaille

 Semoule et légumes
couscous

 Salade verte

 Haricots verts persillés

 Pomme de terre
vapeur

 Salade verte

Produit laitier

 Fromage

 Fromage


 Fromage blanc

 Fromage


 Fromage

Desserts

 Yaourt

 Fruit de saison

 Ananas frais

 Eclair au chocolat

 Flan nappé au caramel

° Confit de légumes (oignons,
poivrons, pulpe de tomate),
sardines émiettées

° Mini penne rigate, dés de
tomates, poivrons, maïs,
vinaigrette.

° Boulgour, tomate, menthe,
oignon, jus de citron, huile d'olives.

Menus substitution

Boulettes de pois
chiches




Assiette de crudités




Roulé végétal

Filet de poisson

Fajitas végétarien

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 des allergènes mis à votre disposition.

Menus du 24 au 28 août
2026

lundi 24


mardi 25


mercredi 26


jeudi 27


vendredi 28

Hors d'œuvre

 Carottes râpées
vinaigrette


 Betteraves mimosa


 Feuilleté fromage


 Tomates, vinaigrette
balsamique


 Melon


Plat chaud
et garnitures


 Gratiné de pommes de
terre au fromage


 Pizza aux 3 fromages


 Filet de dinde rôti au
curcuma


 Accras de morue
sauce blanche


 Hachis parmentier

 au jambon

 Salade verte


 Petits pois au bouillon

 Riz doré


 Bœuf-courgettes


Produit laitier

 Fromage

 Petit suisse sucré


 Fromage


 Fromage



 Yaourt à la vanille


Desserts

 Glace

 Fruit de saison

 Fruit de saison

 Gâteau de savoie et
crème anglaise 

 Compote pomme
banane







Menus substitution

Gratiné de pommes de
terre au fromage

Galette de haricots
rouges

Hachis végétarien

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 ou de consulter le classeur des allergènes mis à votre disposition.

Menus du 31 août au 4 septembre 2026

lundi 31


mardi 1

mercredi 2


jeudi 3


vendredi 4

Hors d'œuvre

 Tartine au fromage de chèvre et origan

Plat chaud et garnitures


 Coquille semi-complète

 A la carbonara

Produit laitier

 Petit suisse




Desserts




 Fruit de saison

Menus substitution

Poisson sauce curry

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 des allergènes mis à votre disposition.