









# Menu de la semaine • Mairie de Rouen •







Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés

Menu mis à jour le : 25/11/2020

- 1 Agriculture biologique 
- 2 Produits de la région 
- 3 Viande française 

- 4 Label Rouge 
- 5 Bleu Blanc Cœur 
- 6 Pêche durable 

-  Menu végétarien  Sans viande
-  Peut contenir des traces de fruits à coque
-  Menu en centre de loisirs







entrée

plat

laitage

dessert

goûter

	Lundi 23 novembre	Mardi 24 novembre	Mercredi 25 novembre	Jeudi 26 novembre	Vendredi 27 novembre
entrée	– concombre 1 à la bulgare	– betteraves mimosa vinaigrette 2	– velouté Dubarry 2 (pommes de terre, chou-fleur)	– carottes râpées 1 vinaigrette 2	– radis rouge et beurre 1
plat	– croziflette aux carottes 2 (crozets, carottes, oignons reblochon, emmental, béchamel) – salade de mâche	– filet d'églefin 6 sauce aurore – carottes vichy 2 et riz pilaf 1	– poulet rôti 2 –  filet de merlan pané – brocolis 1 et pommes rissolées 2 ketchup maison	– lasagnes de veau 2 –  lasagnes végétariennes (haricots rouges, aubergines, poivrons, tomates) – cœur de laitue vinaigrette 2	– rôti de boeuf 2 –  filet de cabillaud rôti 6 aux herbes – purée de butternut 2
laitage	– camembert AOP 2	– fromage blanc sucré 1 Ferme du Beffroi	– emmental 1	– tome de bray 1 Ferme de La Quesne – pont l'évêque AOP pasteurisé (maternelles)	– tomme de Savoie IGP
dessert	– crème dessert à la vanille 1	– pomme 1	– clémentine 1	– purée de pomme cassis	– gâteau au chocolat 1
goûter	– lait 1 quatre-quarts 1 au chocolat	– vache qui rit 1 pain de campagne 1	– jus de pommes 1 banane, yaourt nature sucré 1 Ferme des Peupliers	– purée de pomme poire 1 gâteau au yaourt 1	– lait 1 baguette 1 pâte à tartiner maison 

Les plats proposés dans les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants: œuf, fruits à coque, lupin, lait (y compris lactose), mollusques, crustacés, poisson, sulfites, arachides, soja, céréales contenant du gluten, sésame, céleri et moutarde.









# Menu de la semaine • Mairie de Rouen •







Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés

Menu mis à jour le : 25/11/2020

- 1 Agriculture biologique 
- 2 Produits de la région 
- 3 Viande française 

- 4 Label Rouge 
- 5 Bleu Blanc Cœur 
- 6 Pêche durable 

-  Menu végétarien  Sans viande
-  Peut contenir des traces de fruits à coque
-  Menu en centre de loisirs



	Lundi 30 novembre	Mardi 1 décembre	Mercredi 2 décembre	Jeudi 3 décembre	Vendredi 4 décembre
entrée	– salade iceberg maïs 1 et croûtons 1 vinaigrette 2	– macédoine mayonnaise	– chou blanc 1 comtoise vinaigrette 2 (chou blanc, tomate, emmental, mimolette)	– pamplemousse et sucre	– potage de légumes 1 (pommes de terre, carottes et selon arrivages : céleri, navets)
plat	– émincé de dinde 4 à la crème 1 – sv filet d'églefin 6 à la crème 1 – carottes 1 et pépinettes	– lentilles 1 à la mexicaine (lentilles, haricots rouges, maïs, carottes, oignons, tomates) – quinoa gourmand 1	– filet de carrelet rôti 6 aux herbes – épinards 1 à la béchamel 1 et pommes de terre 2	– sauté de veau 2 sauce marengo – sv poêlée de haricots coco et légumes sauce marengo – petits pois 1 et boulgour 1	– filet de colin pané – haricots beurre et riz pilaf 1
laitage	– saint-bray 1 Ferme de La Quesne	– yaourt nature sucré 1 Ferme des Peupliers	– comté AOP	– ossau iraty AOP	– brie 1
dessert	– flan 1 caramel	– ananas	– purée de pomme poire 1	– crème dessert au chocolat 1	– clémentine
goûter	– purée de pomme ananas, pain boudoir 1 beurre, confiture de fraises	– pomme 2 crêpe 1 au sucre 1	– vache qui rit 1 pain complet 1	– jus de pommes 1 banane, fromage blanc nature 1 sucre	– lait 1 gâteau aux amandes 1

Les plats proposés dans les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants: œuf, fruits à coque, lupin, lait (y compris lactose), mollusques, crustacés, poisson, sulfites, arachides, soja, céréales contenant du gluten, sésame, céleri et moutarde.









# Menu de la semaine • Mairie de Rouen •







Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés




Menu mis à jour le : 25/11/2020

- 1 Agriculture biologique 
- 2 Produits de la région 
- 3 Viande française 

- 4 Label Rouge 
- 5 Bleu Blanc Cœur 
- 6 Pêche durable 

-  Menu végétarien  Sans viande
-  Peut contenir des traces de fruits à coque
-  Menu en centre de loisirs



	Lundi 7 décembre	Mardi 8 décembre	Mercredi 9 décembre	Jeudi 10 décembre	Vendredi 11 décembre
entrée	– concombre à la bulgare	– betteraves 1 vinaigrette 2	– soupe de potimarron 1	– carottes râpées 1 vinaigrette 2	– chou-fleur 1 et mais 1 vinaigrette
plat	– navarin 1 –  navarin de thon – blé pilaf 1 aux petits légumes 1	– chipolatas 5 –  tarte au fromage – purée de carottes 1	– sauté de dinde 4 sauce curry –  curry de chou-fleur et pois chiches (pois chiches, chou-fleur, carottes, oignons) – riz 1 aux épices	– brandade aux trois poissons 6 – cœur de laitue vinaigrette 2	– haricots rouges à la texane 1 – haricots verts 1 et semoule 1
laitage	– camembert 1	– fromage blanc sucré 1 Ferme du Beffroi	– emmental 1	– tome de bray 1 Ferme de La Quesne – petit saint-paulin 1 (maternelles)	– mimolette
dessert	– yaourt 1 à la fraise	– clémentine 1	– kiwi 1	– purée de pomme 1	– crêpe 1 au sucre 1
goûter	– lait 1 pain de campagne 1 pâte à tartiner maison 1	– purée de pomme coing, pain complet 1 beurre, confiture d'abricots	– lait 1 cake aux copeaux de chocolat	– jus d'oranges 1 pomme 2 yaourt nature sucré 1 Ferme des Peupliers	– petit suisse fruité, gâteau 1 au chocolat

Les plats proposés dans les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants: œuf, fruits à coque, lupin, lait (y compris lactose), mollusques, crustacés, poisson, sulfites, arachides, soja, céréales contenant du gluten, sésame, céleri et moutarde.








# Menu de la semaine • Mairie de Rouen •







Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés

Menu mis à jour le : 25/11/2020

- 1 Agriculture biologique 
- 2 Produits de la région 
- 3 Viande française 

- 4 Label Rouge 
- 5 Bleu Blanc Cœur 
- 6 Pêche durable 

-  Menu végétarien  Sans viande
-  Peut contenir des traces de fruits à coque
-  Menu en centre de loisirs







entrée

plat

laitage

dessert

goûter

	Lundi 14 décembre	Mardi 15 décembre	Mercredi 16 décembre	Jeudi 17 décembre	Vendredi 18 décembre
entrée	– velouté de butternut 1	– céleri 1 rémoulade	– salade festive au saumon fumé (salade iceberg, saumon fumé, concombre, crème, tomate, ciboulette)	– jus de poires 2 – terrine aux deux légumes 2 et coulis de betteraves	– oeuf dur 1 mayonnaise
plat	– rôti de veau 2 sauce normande 2 –  oeuf mollet sauce normande 2 – brocolis 1 et pépinettes	– sauté de porc 4 sauce moutarde –  lentilles 1 à la dijonnaise (lentilles, chou-fleur, flageolets, carottes, oignons, crème, moutarde) – petits pois 1 et riz pilaf 1	– rôti de dinde 4 sauce aux marrons –  filet de poisson 6 sauce aux marrons – carottes 1 et pommes de terre rissolées 2	– filet de saumon aux pommes raisin et épices – tagliatelles 1	– parmentier 2 de pois cassés (pois cassés, oignons, purée de pommes de terre, chapelure, emmental) – coeur de laitue vinaigrette 2
laitage	– yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers	– gouda 1	– meule de bray 1 Ferme de La Quesne	– le bô-érou 1 Ferme de la Quesne	– mini-babybel 1
dessert	– fruit	– purée de pomme banane 1	– gâteau 1 au chocolat banane crème anglaise	– gâteau au chocolat façon tiramisu – bonbons de chocolat praliné et clémentine 1	– fruit
goûter	– purée de pomme banane 1 crêpe 1 au sucre 	– lait 1 quatre-quarts 1	– lait chocolaté, clémentine 1	– petit suisse fruité, pain bûlot 1 beurre, confiture de pêches	– jus d'oranges 1 pomme 2 fromage blanc nature 1 sucre

Les plats proposés dans les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants: œuf, fruits à coque, lupin, lait (y compris lactose), mollusques, crustacés, poisson, sulfites, arachides, soja, céréales contenant du gluten, sésame, céleri et moutarde.