



Menu de la semaine • Mairie de Rouen •

Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés



Menu mis à jour le : 15/10/2021

1 Agriculture biologique

2 Produits de la région

3 Viande française

4 Label Rouge

5 Bleu Blanc Cœur

6 Pêche durable

Menu végétarien SV Sans viande

! Peut contenir des traces de fruits à coque

Menu en centre de loisirs



Lundi 11 octobre	Mardi 12 octobre	Mercredi 13 octobre	Jeudi 14 octobre	Vendredi 15 octobre
entrée - salade iceberg emmental et croûtons 1 vinaigrette 2	Mardi 12 octobre - carottes râpées 1 vinaigrette 2	Mercredi 13 octobre - velouté de butternut 2	Jeudi 14 octobre - chou blanc 2 comtoise vinaigrette (chou blanc, maïs, oeuf, mimolette)	Vendredi 15 octobre - tomate 1 à la russe (tomate, thon, mayonnaise)
plat - émincé de veau 1 sauce crétoise - SV filet de poisson 6 sauce crétoise - chou-fleur 2 et pomme de terre 2	- mijoté de haricots rouges (haricots rouges, courgettes, carottes, champignons, tomates, oignons) - riz pilaf 1 aux oignons 2	- filet de poisson 6 sauce citron - brocolis et pomme de terre 2 vapeur	- poulet rôti 2 - SV omelette 1 nature - fusilli 1 et macaroni 2 à la tomate et au basilic	- sauté de porc 1 sauce aux champignons - SV flageolets sauce champignons - carottes vichy 1 et boulgour 1
laitage - saint-bray 1 Ferme de La Quesne	- yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers	- pont l'évêque AOP pasteurisé	- brie 1	- comté AOP
dessert - crème dessert à la vanille 1	- raisin blanc	- raisin noir	- purée de pomme 1	- pommes 1
goûter - lait 2 quatre-quarts 1 au chocolat	- jus de pommes 1 vache qui rit 1 pain de campagne 1	- banane, yaourt nature sucré 1 Ferme des Peupliers	- lait 1 baguette 1 pâte à tartiner maison	- purée de pomme poire 1 gâteau au yaourt 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 : 15/10/2021

1 Agriculture biologique

2 Produits de la région

3 Viande française

4 Label Rouge

5 Bleu Blanc Cœur

6 Pêche durable

Menu végétarien SV Sans viande

! Peut contenir des traces de fruits à coque

Menu en centre de loisirs



Lundi 18 octobre	Mardi 19 octobre	Mercredi 20 octobre	Jeudi 21 octobre	Vendredi 22 octobre
entrée – betteraves 1 vinaigrette 1	Mardi 19 octobre – salade coleslaw 2 (carottes, chou blanc, mayonnaise)	Mercredi 20 octobre – concombre 1 façon tzatziki	Jeudi 21 octobre – salade piémontaise 2 (pommes de terre, oeuf, tomate, cornichons, mayonnaise, vinaigrette)	Vendredi 22 octobre – potage crécy 1 (pommes de terre, carottes)
plat – parmentier 2 de lentilles 1 (lentilles, oignons, tomate, purée de légumes, chapelure, emmental)	– filet de plie 6 sauce aurore – brocolis et riz pilaf 1	– oeuf mollet à la crème 1 – épinards 1 à la béchamel 1 et pommes de terre 2	– rôti de veau 1 sauce tomate 1 – SV pain de poisson 6 sauce tomate 1 – carottes 1 et coquillettes 1	– couscous merguez agneau 1 – SV couscous végétarien (pois chiches, navets, carottes, oignons, tomates et selon arrivage : courgettes, poivrons) – semoule 1
laitage – gouda 1	– tomme de normandie 2 Villedieu-Rouffigny – ossau iraty AOP (maternelles)	– petit saint-paulin 1	– fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers	– meule de bray 1 Ferme de La Quesne
dessert gouter – raisin blanc 1	– purée de pomme cassis	– riz au lait 1	– pomme 1	– clémentine 1
– purée de pomme ananas, pain boulot 1 beurre, confiture de fraises	– pomme 2 crêpe 1 au sucre ! ▲	– jus de pommes 1 vache qui rit 1 pain complet 1	– lait 1 gâteau aux amandes ! ▲	– banane, 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.



Menu de la semaine • Mairie de Rouen •

Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés



Menu mis à jour le : 15/10/2021



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

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

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

entrée

Lundi 25 octobre

– velouté de butternut 1

Mardi 26 octobre

– salade texane vinaigrette 1

Mercredi 27 octobre

– salade écolière 1 vinaigrette
1 (pommes de terre, oeuf,
carottes)

Jeudi 28 octobre

– carottes rapées 1 vinaigrette
1

Vendredi 29 octobre

– céleri 1 rémoulade

plat

– colin pané
– ratatouille et riz pilaf 1

– poulet 1 grillé à l'américaine
– SV flan de légumes à la
louisiane (haricots rouges,
carottes, poivrons, oignons)
– pommes de terre spicy 1

– poêlée orientale (pois chiches,
aubergines, carottes, poivrons,
oignons, raisins secs)
– boulghour 1

– filet de poisson rôti 6 aux
herbes
– haricots verts et pépinettes

– omelette 1 nature
– petits pois 1 carottes 1

laitage

– cantal AOP

– le bô-érou 1 Ferme de la
Quesne

– emmental 1

– camembert AOP 2

– yaourt nature sucré 1 Ferme
des Peupliers

dessert

– fruit

– brownie ▲

– fruit

– purée de pomme banane 1

– fruit

gouter

– lait 2 pain de campagne 1
pâte à tartiner maison ▲

– purée de pomme coing, pain
complet 1 beurre, confiture
d'abricots

– lait 2 cake aux copeaux de
chocolat

– jus de pommes 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 : 15/10/2021

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 1 novembre	Mardi 2 novembre	Mercredi 3 novembre	Jeudi 4 novembre	Vendredi 5 novembre
entrée	- duo de carottes 1 et chou blanc 1 à la moutarde	- betteraves 1 vinaigrette 1	- potage de légumes 1 (pommes de terre, carottes, navets, chou blanc, céleri)	- salade piémontaise 1 (pommes de terre, oeuf, tomate, cornichons, mayonnaise, vinaigrette)
plat	- colin pané et ketchup maison - coquillettes 1	- couscous agneau 1 et merguez - SV couscous végétarien (pois chiches, navets, carottes, oignons, tomates et selon arrivage : courgettes, poivrons) - semoule 1	- lasagnes de veau 1 - SV lasagnes végétariennes (haricots rouges, aubergines, poivrons, tomates) - cœur de laitue vinaigrette 1	- mijoté de flageolets aux épices - carottes 1 et quinoa gourmand 1
laitage	- fromage blanc sucré 1 Ferme des Peupliers	- brie 1	- saint-bray 1 Ferme de La Quesne	- pont l'évêque AOP pasteurisé
dessert	- purée de pomme cassis	- fruit 1	- fruit 1	- salade de fruits (banane, kiwi, pomme, orange, cocktail de fruits)
gouter	- lait 2 quatre-quarts 1	- purée de pomme 1 baguette 1 beurre, confiture de framboises	- petit suisse fruité, pain boulot 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.



Menu de la semaine • Mairie de Rouen •

Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés



Menu mis à jour le : 15/10/2021

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 8 novembre	Mardi 9 novembre	Mercredi 10 novembre	Jeudi 11 novembre	Vendredi 12 novembre
<p>entrée</p> <ul style="list-style-type: none"> - pamplemousse et sucre 	<p>Mardi 9 novembre</p> <ul style="list-style-type: none"> - carottes râpées 1 vinaigrette 1 	<p>Mercredi 10 novembre</p> <ul style="list-style-type: none"> - concombre à la bulgare - croziflette aux carottes 1 - salade de mâche 		
<p>plat</p> <ul style="list-style-type: none"> - filet de poisson rôti 6 aux herbes - purée 2 de butternut 2 	<ul style="list-style-type: none"> - poulet rôti 1 - SV omelette 1 nature - pépinettes sauce tomate 			<ul style="list-style-type: none"> - émincé de veau 1 sauce marengo - SV flan de légumes à l'italienne (aubergines, poivrons, oignons) - petits pois 1 et boulghour 1
<p>laitage</p> <ul style="list-style-type: none"> - gouda 1 	<ul style="list-style-type: none"> - yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers 	<ul style="list-style-type: none"> - camembert 1 		<ul style="list-style-type: none"> - tome de bray 1 Ferme de La Quesne - petit saint-paulin 1 (maternelles)
<p>dessert</p> <ul style="list-style-type: none"> - flan 1 caramel 	<ul style="list-style-type: none"> - fruit 	<ul style="list-style-type: none"> - purée de pomme fraise 		<ul style="list-style-type: none"> - fruit
<p>goûter</p> <ul style="list-style-type: none"> - lait 2 quatre-quarts 1 au chocolat 	<ul style="list-style-type: none"> - jus de pommes 1 vache qui rit 1 pain de campagne 1 	<ul style="list-style-type: none"> - banane, yaourt nature sucré 1 Ferme des Peupliers 		<ul style="list-style-type: none"> - 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 : 15/10/2021



- 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

Lundi 15 novembre

- céleri 1 remoulade
- sauté de dinde 4 sauce curry
- SV curry de poisson 6
- riz 1 aux épices

Mardi 16 novembre

- chou-fleur 1 et maïs 1 vinaigrette 1
- haricots rouges à la texane
- semoule 1

Mercredi 17 novembre

- carottes râpées 1 mimosa 1 vinaigrette 1
- filet de poisson rôti 6 aux petits légumes 1 crémés
- purée de céleri 2

Jeudi 18 novembre

- betteraves 1 vinaigrette 1
- bolognaise de boeuf 4
- SV bolognaise de thon
- spaghetti 1

Vendredi 19 novembre

- soupe de potimarron 1
- omelette nature 1 sauce tomate
- blé pilaf 1 aux petits légumes

plat

laitage

dessert
gouter

- cantal AOP

- crème dessert à la vanille 1

- purée de pomme ananas, pain boulot 1 beurre, confiture de fraises

- fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers

- fruit

- pomme 2 crêpe 1 au sucre
!

- comté AOP

- brownie !

- jus de pommes 1 vache qui rit 1 pain complet 1

- meule de bray 1 Ferme de La Quesne

- fruit

- banane, fromage blanc nature 1 sucre

- coulommiers 2

- fruit

- lait 1 gâteau aux amandes !

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 : 15/10/2021

- 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

Lundi 22 novembre

- concombre façon tzatziki
- chipolatas 1
- SV tarte au fromage
- purée de carottes

Mardi 23 novembre

- salade de coeurs de palmier vinaigrette 1 (coeurs de palmier, maïs, olives vertes)
- filet de poisson 6 sauce aurore
- chou-fleur 2 et quinoa gourmand 1

Mercredi 24 novembre

- salade iceberg et croûtons 1 vinaigrette 1
- poulet rôti 2
- SV oeuf mollet à la sauce normande 1
- haricots verts 1 et pommes de terre 2

Jeudi 25 novembre

- salade coleslaw 1 (carottes, chou blanc, mayonnaise)
- lentilles 1 à la mexicaine (lentilles, haricots rouges, maïs, carottes, oignons, tomates)
- riz pilaf 1

Vendredi 26 novembre

- velouté de butternut 1
- rôti de veau 1 sauce louisiane
- SV pain de poisson 6 sauce louisiane
- brocolis 1 et pépinettes

plat

laitage

dessert
gouter

- yaourt nature sucré 1 Ferme des Peupliers

- tomme de normandie 2 Villedieu-Rouffigny
- ossau iraty AOP (maternelles)

- emmental 1

- camembert AOP 2

- tome de bray 1 Ferme de La Quesne
- saint-ursin 1 (maternelles)

- fruit

- fruit

- semoule au lait 1

- crème dessert au chocolat 1

- fruit

- lait 2 pain de campagne 1 pâte à tartiner maison 1

- purée de pomme coing, pain complet 1 beurre, confiture d'abricots

- lait 2 cake aux copeaux de chocolat

- jus de pommes 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.