



Menu de la semaine • Mairie de Rouen •



Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés

Menu mis à jour le : 22/09/2023

- 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 18 septembre	Mardi 19 septembre	Mercredi 20 septembre	Jeudi 21 septembre	Vendredi 22 septembre
entrée	– tomate 1 à la vinaigrette 1	– melon	– salade de maïs aux poivrons et tomates	– terrine de légumes 2 sauce cocktail	– concombre 1 à la bulgare
plat	– émincé de boeuf 2 sauce arlequin – filet de poisson 6 sauce arlequin – gratin de brocolis et de pommes de terre 2	– cassoulet végétarien (haricots cocos, carottes, petits pois, oignons, tomates)	– colin d'Alaska pané – ratatouille 2 et quinoa gourmand 1	– sauté de porc 4 sauce au chèvre – oeuf mollet sauce au chèvre – carottes vichy 2 et fusilli 1	– escalope dinde sauce au curry – filet de poisson 6 sauce curry – haricots verts 1 et riz créole 1
laitage	– brie	– emmental	– yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers	– saint-nectaire AOP	– comté AOP
dessert	– purée de pomme poire 1	– crème dessert chocolat	– prunes Grenadine	– raisin blanc	– flan caramel
goûter	– lait 1 pain de campagne 1 beurre, confiture d'abricots	– jus d'oranges 1 pomme 2 yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers	– lait 1 gâteau 1 chocolat banane	– purée de pomme mirabelle, pain complet 1 beurre, confiture de framboises	– petit suisse fruité, quatre-quarts 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 : 22/09/2023

- 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 25 septembre	Mardi 26 septembre	Mercredi 27 septembre	Jeudi 28 septembre	Vendredi 29 septembre
entrée	<ul style="list-style-type: none">  œuf dur 1 mayonnaise 1 saucisson à l'ail 2 et beurre 1 	<ul style="list-style-type: none"> betteraves 1 vinaigrette 1 	<ul style="list-style-type: none"> riz niçois 1 au thon (riz, thon, haricots verts, maïs, tomates) 	<ul style="list-style-type: none"> carottes râpées 2 au citron 	<ul style="list-style-type: none"> concombre 1 et maïs 1 vinaigrette 1
plat	<ul style="list-style-type: none"> filet de poisson rôti 6 aux petits légumes crévés semoule 1 	<ul style="list-style-type: none"> rôti de boeuf 2  pain de thon pommes rissolées 2 et ketchup maison 	<ul style="list-style-type: none"> poulet rôti 1  omelette 1 nature purée 2 de brocolis 2 	<ul style="list-style-type: none"> bolognaise de veau 2  bolognaise végétarienne (lentilles vertes, carottes, oignons, tomates) spaghetti 1 	<ul style="list-style-type: none"> petits pois 1 et compotée de légumes (petits pois, oignons, poivrons, tomates) riz pilaf 1 aux dés de carottes 2
laitage	<ul style="list-style-type: none"> vache qui rit (maternelles) vache qui rit 1 	<ul style="list-style-type: none"> petit saint-paulin 1 	<ul style="list-style-type: none"> camembert 2 	<ul style="list-style-type: none"> pont l'évêque AOP pasteurisé 	<ul style="list-style-type: none"> meule de bray 1 Ferme de La Quesne
dessert	<ul style="list-style-type: none"> prunes 1 	<ul style="list-style-type: none"> raisin rose 1 	<ul style="list-style-type: none"> salade de fruits (kiwi, pomme, orange, cocktail de fruits) 	<ul style="list-style-type: none"> purée de pomme mirabelle 	<ul style="list-style-type: none"> yaourt 1 à la vanille
goûter	<ul style="list-style-type: none"> purée de pomme cassis, crêpe 1 au sucre 1  	<ul style="list-style-type: none"> lait 1 gâteau 1 à la noix de coco 	<ul style="list-style-type: none"> purée de pomme coing, baguette 1 beurre, confiture de pêches et abricots 	<ul style="list-style-type: none"> petit suisse fruité, pain bûlot 1 pâte à tartiner maison 1  	<ul style="list-style-type: none"> 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 : 22/09/2023

- 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 2 octobre	Mardi 3 octobre	Mercredi 4 octobre	Jeudi 5 octobre	Vendredi 6 octobre
entrée	– salade de coquillettes 1 provençale vinaigrette 1 (coquillettes, tomates, poivrons, persil)	– carottes râpées 1 vinaigrette 1	– tomate 1 vinaigrette 1	– concombre 1 à la bulgare	– velouté 2 Dubarry 2
plat	– parmentier de potimarron 2 et poisson – salade iceberg vinaigrette 1	– chipolatas 4 sauce tomate – sv filet de colin meunière sauce tomate – brocolis 2 et semoule 1	– sauté de dinde 4 sauce paprika – sv haricots coco sauce paprika – carottes 1 et quinoa gourmand 1	– chili végétarien (haricots rouges, petits pois, maïs, poivrons, carottes, oignons, tomates) – riz créole 1	– rôti de dinde 4 sauce normande – sv oeuf dur 1 sauce normande 2 – pépinettes
laitage	– yaourt nature sucré 2 Ferme de la Chapelle Brestot	– brie 2	– petit saint-paulin 1	– gouda 1	– cantal AOP
dessert	– clémentine	– purée de pomme mirabelle	– crème aux oeufs 1 à la vanille	– gâteau 1 au chocolat et noix de coco	– fruit
goûter	– lait 1 quatre-quarts 1 au chocolat	– jus de pommes 1 vache qui rit 1 pain de campagne 1	– banane 1 yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers	– lait 1 baguette 1 beurre, confiture de fraises	– purée de pomme poire 1 gâteau 1 au yaourt 2

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 : 22/09/2023

- 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 9 octobre	Mardi 10 octobre	Mercredi 11 octobre	Jeudi 12 octobre	Vendredi 13 octobre
entrée	– salade iceberg et maïs 1 vinaigrette 1	– carottes râpées 1 vinaigrette 1	– velouté de brocolis 2	– céleri 1 rémoulade	– tomate 1 vinaigrette 1
plat	– tartiflette 2 au camembert 2 –  tartiflette 2 végétarienne au camembert 2	– dahl de lentilles corail 2 (lentilles corail, carottes, poivrons, oignons, tomates) – riz pilaf 1 aux dés de courgettes 1	– filet de poisson 6 sauce aurore – butternut gratinée 2 et blé pilaf 1	– poulet rôti 2 –  omelette 1 nature – pépinettes et ketchup maison	– blanquette de veau 2 au livarot 2 –  cake au livarot 1 – purée 2 de carottes 1
laitage	– yaourt nature sucré 1 Ferme de la Trébisière	– fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers	– tomme 1 Ferme de la Clémendière (maternelles) – tomme de normandie 2 Villedieu–Rouffigny	– meule de bray 1 Ferme de La Quesne	– petit pavé d'auge 2
dessert	– purée de brugnion pomme abricot	– gâteau 1 aux pommes 2	– poire Williams 1	– pomme 2	– crème dessert 2 au chocolat Ferme Gourmand et Givré
goûter	– pomme 2 pain bûlot 1 pâte à tartiner maison 	– jus de pommes 1 vache qui rit 1 pain complet 1	– banane 1 fromage blanc nature 1 sucre	– lait 1 far breton 1	– purée de pomme ananas, crêpe 1 au 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 : 22/09/2023

- 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 16 octobre	Mardi 17 octobre	Mercredi 18 octobre	Jeudi 19 octobre	Vendredi 20 octobre
entrée	- betteraves 1 vinaigrette 1	- potage crécy 1 (pommes de terre, carottes)	- taboulé de chou-fleur 2 (chou-fleur, tomate, carottes, petits pois, oignons, citron, huile d'olive, ciboulette)	- concombre 1 façon tzatziki	- salade iceberg et croûtons 1
plat	- jambon 5 - œuf mollet - frites au four 1 et ketchup maison	- filet de poisson 6 sauce crétoise - brocolis 2 et riz pilaf 1	- rôti de porc 1 sauce curry - pain de poisson 6 sauce au curry - épinards 1 béchamel 1 et pommes de terre 2	- parmentier 2 de légumes 1 et lentilles 1 (lentilles cuisinées, purée de carottes et céleri, chapelure, emmental)	- lasagnes de boeuf 2 - lasagnes végétariennes (haricots rouges, aubergines, poivrons, tomates)
laitage	- comté AOP	- camembert 1	- emmental 1	- fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers	- saint-nectaire AOP
dessert	- fruit	- fruit	- gâteau de semoule 1 au chocolat	- fruit	- purée de mangue ananas pomme
goûter	- lait 1 pain de campagne 1 beurre, confiture d'abricots	- jus d'oranges 1 pomme 2 yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers	- purée de pomme mirabelle, pain complet 1 beurre, confiture de framboises	- lait 1 gâteau 1 chocolat banane	- petit suisse fruité, quatre-quarts 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 : 22/09/2023

- 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 octobre	Mardi 24 octobre	Mercredi 25 octobre	Jeudi 26 octobre	Vendredi 27 octobre
entrée	– velouté de courgettes 1 au boursin	– carottes râpées 1 au citron	– tarte à l'oignon (oignons, béchamel, emmental)	– salade iceberg mimolette et emmental	– céleri 1 rémoulade
plat	– filet de poisson rôti 6 aux épices – fondue de poireaux 1 et riz pilaf 1	– poêlée orientale (pois chiches, courgettes, carottes, poivrons, oignons, raisins secs) – boulgour 1	– bolognaise de maquereau – spaghetti 1	– poulet grillé 1 à la moutarde –  omelette 1 nature – pommes de terre spicy 2 et ketchup maison	– émincé de boeuf 1 sauce champignons –  flageolets aux champignons – haricots verts 1 et quinoa gourmand 1
laitage	– yaourt nature sucré 2 Ferme de la Chapelle Brestot	– ossau iraty AOP	– port-salut	– brie 2	– saint-bray 1 Ferme de La Quesne
dessert	– fruit 1	– far 2 aux pépites de chocolat	– fruit 1	– crème dessert maison au chocolat	– purée de pomme coing
goûter	– purée de pomme cassis, crêpe 1 au sucre 	– jus d'oranges 1 pomme 2 fromage blanc nature 1 sucre	– purée de pomme coing, baguette 1 beurre, confiture de pêches et abricots	– petit suisse fruité, pain boudoir 1 pâte à tartiner maison 	– lait 1 gâteau 1 à la noix de coco

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 : 22/09/2023

- 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 octobre	Mardi 31 octobre	Mercredi 1 novembre	Jeudi 2 novembre	Vendredi 3 novembre
entrée	– betteraves 1 vinaigrette 1	– soupe de potimarron 2		– carottes râpées 1 vinaigrette 1	– radis noir 1 rémoulade
plat	– tajine d'agneau au citron et légumes –  tajine végétarien au citron (pois chiches, céleri, carottes, oignons, poivrons, tomates, citron) – pommes de terre vapeur 2	– filet de poisson 6 sauce curry – riz pilaf 1 aux dés de carottes 1		– lasagnes de la mer 6 (poisson, sauce crétoise : tomate/crème/poivrons/épices, emmental) – salade iceberg vinaigrette 1	– cake aux champignons (champignons, poivrons, emmental, parmesan) – purée 2 de chou-fleur 2
laitage	– fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers	– mimolette		– petit saint-paulin 1	– le bô-érou 1 Ferme de la Quesne
dessert	– fruit	– clémentine		– tarte chocolat banane 	– salade de fruits (banane, kiwi, pomme, orange, cocktail de fruits)
goûter	– lait 1 quatre-quarts 1 au chocolat	– purée de pomme poire 1 gâteau 1 au yaourt 2		– jus de pommes 1 vache qui rit 1 pain de campagne 1	– lait 1 baguette 1 beurre, confiture de fraises

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.