



Menu de la semaine • Mairie de Rouen •



Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés

Menu mis à jour le : 08/12/2023

- 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 4 décembre	Mardi 5 décembre	Mercredi 6 décembre	Jeudi 7 décembre	Vendredi 8 décembre
entrée	– betteraves 1 mimosa	– salade iceberg et croûtons 1	– carottes râpées 1 et maïs 1 vinaigrette 1	– chou blanc 1 comtoise vinaigrette 1 (chou blanc, maïs, mimolette)	– velouté d'endives 2 à la vache qui rit
plat	– paëlla au poisson 6 – riz 1 paëlla (riz, petits pois, poivrons, crevettes, moules, seiches, oignons)	– parmentier 2 de légumes 1 et veau 3 – parmentier 2 de légumes 1 et pois cassés 2	– tarte à l'oignon (oignons, béchamel, emmental) – cœur de laitue vinaigrette 1	– poulet rôti 2 – omelette 1 nature – haricots verts et pomme de terre 2 rissoles ketchup	– colin meunière – fusilli 1 aux petits légumes 1
laitage	– mimolette	– cantal AOP	– saint-nectaire AOP	– comté AOP	– yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers
dessert	– orange 1	– purée de mangue ananas pomme	– riz au lait 2	– salade de fruits (kiwi, pomme, orange, cocktail de fruits)	– clémentine 1
goûter	– purée de pomme ananas, pain bûchet 1 pâte à tartiner maison	– lait 1 far breton 1	– jus de pommes 1 vache qui rit 1 pain complet 1	– banane 1 fromage blanc nature 1 sucre	– pomme 2 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 : 08/12/2023

- 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 11 décembre	Mardi 12 décembre	Mercredi 13 décembre	Jeudi 14 décembre	Vendredi 15 décembre
entrée	– chou rouge 2 aux pommes 2 et noix	– céleri 1 rémoulade	– salade iceberg et maïs vinaigrette 1	– velouté de brocolis à la vache qui rit	– betteraves 1 vinaigrette 1
plat	– cake aux poivrons et moutarde à l'ancienne 2 (poivrons, emmental, parmesan, moutarde) – purée de butternut 2	– sauté de veau 3 sauce au yaourt 2 – sv oeuf mollet sauce au yaourt 2 – carottes 1 et semoule 1	– lasagnes de la mer 6 (poisson, sauce crétoise : tomate/crème/poivrons/épices, emmental)	– petits pois 1 et compotée de légumes (petits pois, oignons, poivrons, tomates) – quinoa gourmand 1	– filet de poisson rôti 6 aux petits légumes 1 crévés – chou-fleur 1 rôti et riz créole 1
laitage	– coulommiers 2 – port-salut (maternelles)	– le bô-érou 1 Ferme de la Quesne	– ossau iraty AOP	– yaourt nature sucré 1 Ferme de la Trébisière	– camembert 2
dessert	– purée de pomme banane 1	– yaourt 1 à la vanille	– crème aux oeufs 1 à la vanille	– fruit	– fruit
goûter	– jus d'oranges 1 pomme 2 yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers	– lait 1 pain de campagne 1 beurre, confiture d'abricots	– lait 1 gâteau 1 chocolat banane	– purée de pomme mirabelle, pain complet 1 beurre, confiture de framboises	– petit suisse fruité, 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 : 08/12/2023

- 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 18 décembre	Mardi 19 décembre	Mercredi 20 décembre	Jeudi 21 décembre	Vendredi 22 décembre
entrée	– potage 2 de légumes 1 (pommes de terre, carottes, céleri, navets)	– tarte à la hollandaise (emmental, mimolette, poivrons, sauce tomate, ciboulette)	– feuille d'endive garnie (thon, œuf, mayonnaise, fromage blanc, ciboulette)	– jus de poires 1 – salade festive au surimi et sa sauce cocktail	– carottes râpées 1 vinaigrette 1
plat	– escalope de dinde 3 à la crème 2 –  œuf dur 1 à la crème 2 – pépinettes	– cassoulet végétarien (haricots cocos, carottes, petits pois, oignons, tomates)	– filet de saumon sauce aux agrumes – duo de purées 2 (framboisine et pommes de terre)	– sauté de poulet 5 sauce caramélisée aux épices –  dos de cabillaud 6 sauce caramélisée aux épices – frites de panais 2 et pommes noisettes	– omelette 1 nature – petits pois 1 et coquillettes 1
laitage	– emmental	– fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers	– pont l'évêque AOP pasteurisé	– brie 2	– petit saint-paulin 1
dessert	– fruit 1	– fruit 1	– tarte chocolat poires amandes	– chocolat et clémentine 1 – bûche chocolat framboise coco	– purée de pomme mirabelle
goûter	– purée pomme fraise cassis 1 crêpe 1 au sucre 	– lait chocolat équitable, clémentine 1, viennoiserie	– purée de pomme coing, baguette 1 beurre, confiture de pêches et abricots	– petit suisse fruité, pain boudoir 1 confiture de fraises	– 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 : 08/12/2023

- 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 1 janvier	Mardi 2 janvier	Mercredi 3 janvier	Jeudi 4 janvier	Vendredi 5 janvier
entrée		– asperges vinaigrette 2	– macédoine vinaigrette 2	– salade de cœurs de palmier et maïs 1 vinaigrette 1	– tarte au fromage
plat		– lasagnes aux deux saumons	– raviolis aux légumes	– filet de colin pané – poêlée de légumes printanière	– lentilles à la dijonnaise (lentilles, chou-fleur, flageolets, carottes, oignons, crème, moutarde) – riz 1 aux épices
laitage		– gouda	– emmental	– kiri	– yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers
dessert		– fruit	– fruit	– fruit	– fruit
goûter		– lait 1 chocolat au lait 1 pain 1 beurre	– purée de pomme 1 galette bretonne 1	– lait 1 pain d'épices 1	– lait 1 pain 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.



Menu de la semaine • Mairie de Rouen •



Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés

Menu mis à jour le : 08/12/2023

- 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 8 janvier	Mardi 9 janvier	Mercredi 10 janvier	Jeudi 11 janvier	Vendredi 12 janvier
entrée	– salade d'endives 1 pomme 2 vinaigre de framboises 2	– salade coleslaw 1 (carottes, chou blanc, mayonnaise, fromage blanc)	– velouté 2 de fonds d'artichauts	– macédoine mayonnaise	– salade iceberg et croûtons 1
plat	– filet de poisson 6 sauce aurore – gratin de chou-fleur 1 et de pommes de terre 2	– lasagnes végétariennes (haricots rouges, aubergines, poivrons, tomates)	– rôti de dinde 4 sauce normande 1 – sv oeuf mollet à la sauce normande 1 – carottes vichy 1 et riz pilaf 1	– poulet rôti 1 – sv filet de poisson rôti 6 aux épices – petits pois 1 et coquillettes 1	– parmentier de légumes 2 et boeuf 2 – sv parmentier 2 de légumes 1 et lentilles 1 (lentilles cuisinées, purée de carottes et céleri, chapelure, emmental)
laitage	– saint-bray 1 Ferme de La Quesne	– pont l'évêque AOP pasteurisé	– saint-nectaire AOP	– yaourt nature sucré 2 Ferme de Saint-Vaast-Dieppedalle	– gouda 1 (maternelles) – tomme de normandie 2 Villedieu-Rouffigny
dessert	– purée de pomme banane 1	– yaourt 1 à la vanille	– fruit	– fruit	– galette frangipane
goûter	– lait équitable, pain boulot 1 pâte à tartiner maison 1	– jus de poires 2 vache qui rit 1 pain de campagne 1	– banane 1 yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers	– purée de pomme poire 1 gâteau 1 au yaourt 2	– lait équitable, 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.



Menu de la semaine • Mairie de Rouen •



Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés



Menu mis à jour le : 08/12/2023

- 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 15 janvier	Mardi 16 janvier	Mercredi 17 janvier	Jeudi 18 janvier	Vendredi 19 janvier
entrée	– salade de chou blanc 1 maïs 1 et mimolette	– potage de potiron 2	– salade de betteraves 1 et pommes 1	– carottes râpées 1 vinaigrette 1	– céleri 1 rémoulade
plat	– omelette 1 nature – pépinettes et ketchup maison	– filet de poisson rôti 6 aux petits légumes 1 crévés – cœur de blé 1	– lasagnes de thon – salade iceberg vinaigrette 1	– émincé de boeuf 2 sauce louisiane – sv haricots coco à la louisiane – haricots verts 1 et semoule 1	– lentilles à la dijonnaise (lentilles, chou-fleur, flageolets, carottes, oignons, crème, moutarde) – riz 1 aux épices
laitage	– cantal AOP	– brie 1	– fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers	– meule de bray 1 Ferme de La Quesne	– comté AOP
dessert	– gâteau de semoule 1 au chocolat	– fruit 1	– fruit 1	– purée de pomme banane 1	– crème dessert à la vanille 1
goûter	– purée de pomme ananas, pain boudoir 1 pâte à tartiner maison 	– lait équitable, far breton 1	– jus de pommes 1 vache qui rit 1 pain complet 1	– banane 1 fromage blanc nature 1 sucre	– pomme 2 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 : 08/12/2023

- 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 22 janvier	Mardi 23 janvier	Mercredi 24 janvier	Jeudi 25 janvier	Vendredi 26 janvier
entrée	– carottes râpées 1 vinaigrette 1	– chou rouge 2 aux pommes 2 et noix	– salade de perles au surimi (perles de blé, surimi, tomates, crème, vinaigrette)	– salade iceberg mimosa 1 vinaigrette 1	– potage de légumes 1 (carottes, pommes de terre, céleri, chou blanc)
plat	– chipolatas 4 –  cake à l'orientale (pois chiches, poivrons, emmental, parmesan) – purée 2 de céleri 1	– bolognaise de veau 2 –  bolognaise de thon – spaghetti 1	– poulet rôti 1 –  omelette 1 nature – chou-fleur 1 béchamel 1 et pommes rissolées 2	– parmentier 2 de légumes 1 et pois cassés 2	– rôti de boeuf 2 sauce béarnaise –  filet de colin meunière sauce béarnaise – céréales gourmandes 1
laitage	– camembert 1	– emmental 1	– port-salut	– le bô-érou 1 Ferme de la Quesne	– yaourt nature sucré 1 Ferme de la Trébisière
dessert	– purée de pomme 1	– flan caramel	– fruit	– gâteau roulé à la confiture de fraise	– fruit
goûter	– lait équitable, pain de campagne 1 beurre, confiture d'abricots	– jus d'oranges 1 pomme 2 yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers	– lait équitable, 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 : 08/12/2023

- 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 29 janvier	Mardi 30 janvier	Mercredi 31 janvier	Jeudi 1 février	Vendredi 2 février
entrée	– betteraves 1 vinaigrette 1	– velouté de brocolis 1 à la vache qui rit	– friand au fromage	– céleri 1 rémoulade	– carottes râpées 1 vinaigrette 1
plat	– sauté de porc 4 sauce moutarde à l'ancienne 2 –  tarte au camembert 1 et moutarde à l'ancienne 2 – blé pilaf 1 aux petits légumes 1	– steak haché –  pain de thon – frites au four et ketchup maison	– oeuf dur 1 à la florentine 1 – riz créole 1	– blanquette de dinde 4 à l'ancienne –  blanquette de haricots blancs – petits pois 1 et quinoa gourmand 1	– filet de poisson 6 sauce curry – pépinettes
laitage	– fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers	– gouda 1	– brie 2	– saint-bray 1 Ferme de La Quesne	– petit saint-paulin 1 (maternelles) – coulommiers 2
dessert	– fruit 1	– fruit 1	– fruit 1	– purée de pomme mirabelle	– crêpe 1 et pâte à tartiner maison
goûter	– purée pomme fraise cassis 1 crêpe 1 au sucre 	– lait équitable, gâteau 1 à la noix de coco	– purée de pomme coing, baguette 1 beurre, confiture de pêches et abricots	– petit suisse fruité, pain boudoir 1 pâte à tartiner maison 	– 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.