



Menu de la semaine • Mairie de Rouen •



Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés

Menu mis à jour le : 10/03/2025

- 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 10 mars	Mardi 11 mars	Mercredi 12 mars	Jeudi 13 mars	Vendredi 14 mars
entrée	- radis rouge et beurre 1	-  œuf dur 1 mayonnaise - saucisson à l'ail 2 et beurre 1	- concombre et féta à la vinaigrette 1	- salade de chou blanc 1 (chou blanc, maïs, olives, persil)	- betteraves rouges 1 vinaigrette 1
plat	- escalope de dinde 3 sauce aux champignons -  cake aux champignons (champignons, poivrons, emmental, parmesan) - chou-fleur 1 et coeur de ble 1	- dos de colin rôti aux petits légumes crévés - épinards 1 et riz créole 1	- poulet rôti 1 -  omelette 1 nature - potatoes 2 ketchup maison	- petits pois et compotée de légumes - quinoa gourmand 1	- rôti de boeuf 1 -  carré de seitan 1 - frites au four sauce aux herbes
laitage	- meule de bray 1 Ferme de La Quesne	- coulommiers 1	- chaource	- camembert 1	- fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers
dessert	- crème dessert vanille	- clémentine 1	- compote de pommes 2 maison	- tarte normande aux pommes 1	- orange 1
goûter	- purée de pomme ananas, pain boulot 1 pâte à tartiner maison 	- lait équitable, far breton 1	- jus de pommes 1 délice à l'emmental, pain complet 1	- banane 1 fromage blanc nature, 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 : 10/03/2025

- 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 17 mars	Mardi 18 mars	Mercredi 19 mars	Jeudi 20 mars	Vendredi 21 mars
entrée	– salade coleslaw 2 (carottes, chou blanc, mayonnaise, fromage blanc)	– taboulé 1 d’hiver (semoule, chou-fleur, petits pois, menthe, oignons, citron, huile d’olive)	– velouté 2 Dubarry 1 (pommes de terre, chou-fleur)	– céleri 1 rémoulade	– carottes râpées 1 à l’orange
plat	– omelette nature 1 sauce tomate – méli-mélo gourmand	– chipolata 4 –  colin pané – carottes 1 et petits pois 1	– blanquette de veau 3 à l’ancienne –  blanquette de haricots blancs – riz créole 1	– bolognaise de bœuf 1 –  bolognaise végétarienne (lentilles corail, carottes, oignons, tomates) – spaghetti 1	– filet de poisson 6 à la persillade – purée 2 de panais 2
laitage	– gouda	– brie 2	– cheddar	– emmental	– yaourt nature sucré 1 Ferme de la Trébisière
dessert	– far 2 aux pépites de chocolat	– kiwi	– clémentine	– purée de pomme poire 1	– orange
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	– petit suisse fruité 1 quatre-quarts 1	– purée de pomme mirabelle, pain complet 1 beurre, confiture de framboises

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 : 10/03/2025

- 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 24 mars	Mardi 25 mars	Mercredi 26 mars	Jeudi 27 mars	Vendredi 28 mars
entrée	– salade de perles au surimi (perles de blé, surimi, ananas, crème, vinaigrette)	– salade coleslaw 2 (carottes, chou blanc, mayonnaise, fromage blanc)	– tarte à l'italienne (aubergine, poivrons, tomate, parmesan, emmental)	– betteraves rouges 1 vinaigrette 1	– salade iceberg et croûtons 1 vinaigrette 1
plat	– filet de merlu sauce fécampoise – épinards 1 béchamel 1 et pommes de terre 2	– sauté de boeuf 1 sauce louisiane – sv picoussel (galette aux blettes) sauce louisiane – riz créole 1	– curry de poisson 6 – carottes 2 et céréales gourmandes 1	– poulet rôti 1 – sv omelette 1 nature – pépinettes et ketchup maison	– moussaka de lentilles
laitage	– fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers	– coeur de saint-romain 2 Ferme Dumesnil	– port-salut	– cantal AOP	– saint-bray 1 Ferme de La Quesne
dessert	– fruit 1	– yaourt aromatisé	– fruit 1	– fruit 1	– gâteau roulé à la confiture de fraises
goûter	– purée pomme fraise cassis 1 crêpe 1 au sucre 1	– lait équitable, gâteau 1 à la noix de coco	– purée de pomme coing, baguette 1 beurre, confiture d'abricots	– petit suisse fruité 1 pain boulot 1 pâte à tartiner maison 1	– jus d'oranges 1 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.