









# Menu de la semaine • Mairie de Rouen •







Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés


Menu mis à jour le : 12/01/2026

- 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 12 janvier	Mardi 13 janvier	Mercredi 14 janvier	Jeudi 15 janvier	Vendredi 16 janvier
entrée	– betteraves rouges 1 vinaigrette 1	– salade coleslaw 1	– salade de chou blanc 1 et raisins secs au curry	– cœur de laitue et maïs 1 vinaigrette 1	– taboulé 1 d'hiver (semoule, chou-fleur, petits pois, menthe, oignons, citron, huile d'olive)
plat	– filet de merlu sauce provençale – méli-mélo gourmand	– sauté de poule 3 sauce crème 2 – sv picoussel (galette aux blettes) – haricots verts 1 et coeur de blé 1	– poulet rôti 1 – sv omelette 1 nature – potatoes 2 sauce tartare maison	– tortelloni pomodoro mozzarella 1 sauce tomate	– sauté de bœuf 2 sauce aux poivres – sv filet de poisson 6 sauce au poivre – purée 2 de carottes 1
laitage	– brie	– le bô-érou 1 Ferme de la Quesne	– coulommiers 1	– saint-nectaire AOP	– fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers
dessert	– galette frangipane	– orange 1	– compote de pommes 1 maison	– crème dessert chocolat	– kiwi 1
goûter	– purée de pomme ananas, pain boulot 1 pâte à tartiner maison 	– lait équitable, far breton 1	– jus de pommes 1 petit croc'lait 1 baguette 4	– pomme 2 fromage blanc nature 1 sucre	– banane 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 : 12/01/2026

- 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 19 janvier	Mardi 20 janvier	Mercredi 21 janvier	Jeudi 22 janvier	Vendredi 23 janvier
entrée	– velouté 2 Dubarry 1 (pommes de terre, chou-fleur)	– betteraves rouges 1 vinaigrette 1	– carottes râpées 1 vinaigrette 1	–  oeuf dur 1 mayonnaise – saucisson à l'ail 2 et beurre 1	– céleri 1 rémoulade
plat	– omelette nature 1 et ketchup maison – coquillettes 1	– colombo de porc 4 –  colombo de poisson 6 – céréales gourmandes 1	– couscous boulettes d'agneau et merguez 2 –  couscous boulettes végétales et merguez végétales – semoule 1	– filet de poisson 6 sauce aurore – brocolis 1 et riz créole 1	– rôti de boeuf 2 sauce béarnaise –  carré de seitan 1 sauce béarnaise maison – pommes noisettes
laitage	– comté AOP	– le p'tit Havrais 2 Ferme Dumesnil	– camembert 1	– yaourt nature sucré 1 Ferme de la Trébisière	– cantal AOP
dessert	– orange sanguine 1	– ananas	– flan coco	– kiwi	– crumble aux pommes
goûter	– lait équitable, gâteau 1 chocolat banane	– jus d'oranges 1 pomme 2 yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers	– lait équitable, baguette 4 beurre, confiture d'abricots	– 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 : 12/01/2026

- 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

gôûter

	Lundi 26 janvier	Mardi 27 janvier	Mercredi 28 janvier	Jeudi 29 janvier	Vendredi 30 janvier
entrée	– salade coleslaw 1 (carottes, chou blanc, chou rouge, mayonnaise, fromage blanc)	– soupe de potiron 1	– salade piémontaise 2 à la vinaigrette 1 (pommes de terre, oëuf, tomate, cornichons, vinaigrette)	– chou blanc 1 comtoise vinaigrette 1	– salade iceberg et emmental vinaigrette 1
plat	– blanquette de veau 4 à l'ancienne – sv filet de poisson rôti 6 aux épices – purée 2 de carottes 1 et céleri 1	– croustillant fromager – jardinière de légumes 2 et quinoa gourmand 1	– filet de poisson 6 aux oignons caramélisés – chou-fleur 1 et riz créole 1	– poulet rôti 2 – sv omelette 1 nature – pépinettes 1 sauce tomate	– saucisse de Toulouse 4 – sv saucisse végétale – gratin de crozets 1 au maroilles AOP
laitage	– gouda 1	– saint-bray 1 Ferme de La Quesne	– zzzFromage blanc sucré 2 de la ferme de Saint-Vaast	– brie 2	
dessert	– fruit 1	– fruit 1	– fruit 1	– brownie 1	– flan 1 vanille caramel
gôûter	– purée pomme fraise 1 crêpe 1 au sucre 1	– purée de pomme coing, baguette 4 beurre, confiture de myrtilles	– lait équitable, gâteau 1 à la noix de coco	– petit suisse fruité 1 pain au lait, pâte à tartiner maison 1	– 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.