



# 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 SV 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
<b>entrée</b> – betteraves rouges 1 vinaigrette 1	<b>salade coleslaw 1</b>	<b>salade de chou blanc 1 et raisins secs au curry</b>	<b>coeur de laitue et maïs 1</b> vinaigrette 1	<b>taboulé 1 d'hiver (semoule, chou-fleur, petits pois, menthe, oignons, citron, huile d'olive)</b>
<b>plat</b> – filet de merlu sauce provencale – méli-mélo gourmand	– sauté de poule 3 sauce crème 2 – SV picousset (galette aux blettes) – haricots verts 1 et cœur de blé 1	– poulet rôti 1 – SV omelette 1 nature – potatoes 2 sauce tartare maison	– tortelloni pomodoro mozzarella 1 sauce tomate	– sauté de boeuf 2 sauce aux poivres – SV filet de poisson 6 sauce au poivre – purée 2 de carottes 1
<b>laitage</b> – brie	<b>le bô-érou 1 Ferme de la Quesne</b>	<b>coulommiers 1</b>	<b>saint-nectaire AOP</b>	– fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers
<b>dessert</b> <b>gouter</b> – galette frangipane	<b>orange 1</b>	<b>compote de pommes 1 maison</b>	<b>crème dessert chocolat</b>	– kiwi 1
<b>gouter</b> – purée de pomme ananas, pain boulot 1 pâte à tartiner maison 	<b>lait équitable, far breton 1</b>	– 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 SV 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
<b>entrée</b> – velouté 2 Dubarry 1 (pommes de terre, chou-fleur)	<b>Mardi 20 janvier</b> – betteraves rouges 1 vinaigrette 1	<b>Mercredi 21 janvier</b> – carottes râpées 1 vinaigrette 1	<b>Jeudi 22 janvier</b> – SV oeuf dur 1 mayonnaise – saucisson à l'ail 2 et beurre 1	<b>Vendredi 23 janvier</b> – céleri 1 rémoulade
<b>plat</b> – omelette nature 1 et ketchup maison – coquillettes 1	– colombo de porc 4 – SV colombo de poisson 6 – céréales gourmandes 1	– couscous boulettes d'agneau et merguez 2 – SV 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 – SV carré de seitan 1 sauce béarnaise maison – pommes noisettes
<b>laitage</b> – comté AOP	– le p'tit Havrais 2 Ferme Dumesnil	– camembert 1	– yaourt nature sucré 1 Ferme de la Trébisière	– cantal AOP
<b>dessert</b> <b>dessert</b> – orange sanguine 1	– ananas	– flan coco	– kiwi	– crumble aux pommes
<b>gouter</b> – 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
- SV Sans viande
- ! Peut contenir des traces de fruits à coque
- Menu en centre de loisirs

entrée

## Lundi 26 janvier

- salade coleslaw 1 (carottes, chou blanc, chou rouge, mayonnaise, fromage blanc)
- blanquette de veau 4 à l'ancienne
- SV filet de poisson rôti 6 aux épices
- purée 2 de carottes 1 et céleri 1

## Mardi 27 janvier

- soupe de potiron 1
- croustillant fromager
- jardinière de légumes 2 et quinoa gourmand 1

plat

## Mercredi 28 janvier

- salade piémontaise 2 à la vinaigrette 1 (pommes de terre, oeuf, tomate, cornichons, vinaigrette)

laitage

## Jeudi 29 janvier

- chou blanc 1 comtoise vinaigrette 1
- poulet rôti 2
- SV omelette 1 nature
- pépinettes 1 sauce tomate

dessert

## Vendredi 30 janvier

- salade iceberg et emmental vinaigrette 1
- saucisse de Toulouse 4
- SV saucisse végétale
- gratin de crozets 1 au maroilles AOP

gouter

- gouda 1
- saint-bray 1 Ferme de La Quesne
- zzFromage blanc sucré 2 de la ferme de Saint-Vaast
- brie 2
- fruit 1
- fruit 1
- brownie 1
- flan 1 vanille caramel

- 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.