



Menu de la semaine • Mairie de Rouen •

Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés



Menu mis à jour le : 29/01/2026

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 2 février

– carottes râpées 1 vinaigrette
1

– sauté de veau 4 sauce
moutarde à l'ancienne
– SV filet de poisson 6 sauce
moutarde à l'ancienne 2
– haricots verts 1 et semoule
1

Mardi 3 février

– oeuf dur 1 mayonnaise

– dahl de lentilles corail
– riz basmati 1

Mercredi 4 février

– terrine de saumon

– escalope de poulet sauce
curry
– SV oeuf dur 1 sauce curry
– poêlée de champignons et
jupettes de Normandie 2

Jeudi 5 février

– concombre et vinaigrette 1

– chipolata 4
– SV cake au paprika et
fromages (feta, emmental)
– purée 2 de panais 2

Vendredi 6 février

– soupe de butternut 1

– filet de poisson rôti 6 aux
petits légumes 1 crémés
– céréales gourmandes 1

plat

laitage

– cantal AOP

– fondant du Pays de Caux 2
Ferme Dumesnil

– petit saint-paulin

– coulommiers 1

– yaourt nature sucré 2 Ferme
Chapelle Brestot

dessert

– crêpe et pâte à tartiner maison

– clémentine 1

– orange

– crème dessert 1 à la vanille

– kiwi

gouter

– jus de pommes 1 petit
croc'lait 1 pain de campagne
1

– lait 1 baguette 4 beurre,
confiture de fraises

– purée de pomme poire 1
gateau 1 au yaourt 1

– banane 1 yaourt nature sucré
2 Ferme des Peupliers

– lait 1 quatre-quarts 1 au
chocolat

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

- 1 Agriculture biologique
- 2 Produits de la région
- 3 Viande française

- 4 Label Rouge
- 5 Bleu Blanc Cœur
- 6 Pêche durable

Menu mis à jour le : 29/01/2026

- Menu végétarien
- Sans viande
- Peut contenir des traces de fruits à coque
- Menu en centre de loisirs



Lundi 9 février	Mardi 10 février	Mercredi 11 février	Jeudi 12 février	Vendredi 13 février
entrée – velouté de brocolis 1 à la vache qui rit	plat – macédoine mayonnaise	plat – salade iceberg maïs et croûtons 1 vinaigrette 1	plat – carottes râpées 1 vinaigrette 1	plat – salade composée au chou blanc 1 (chou blanc, carottes, emmental, raisins secs)
plat – filet de colin meunière sauce cocktail – pépinettes 1	– rôti de veau 4 à la sauce tomate – SV carré de seitan 1 sauce tomate – carottes 1 au cumin et haricots blancs	– parmentier 2 de légumes 1 et lentilles (lentilles cuisinées, purée de carottes et céleri, chapelure, emmental)	– poulet rôti 2 sauce diable – SV omelette nature 1 sauce diable – semoule 1	– filet de poisson rôti 6 aux oignons et tomates – épinards 1 à la béchamel 2 et riz créole 1
laitage – rondelé au bleu	– fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers	– camembert 2	– comté AOP	– meule de bray 1 Ferme de La Quesne
dessert – fruit 1	– fruit 1	– tarte normande aux pommes 1	– purée de pomme coing	– brownie 1
gouter – purée de pomme ananas, pain au lait, pâte à tartiner maison 1	– lait 1 far breton 1	– jus de pommes 1 petit croc'lait 1 baguette 4	– banane 1 fromage blanc nature 1 sucre	– pomme 2 crêpe 1 au sucre 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 : 29/01/2026

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 16 février	Mardi 17 février	Mercredi 18 février	Jeudi 19 février	Vendredi 20 février
<p>entrée</p> <p>– salade coleslaw 1 (carottes, chou blanc, mayonnaise)</p>	<p>– nem aux crevettes</p>	<p>– soupe de lentilles corail 1 (lentilles corail, carottes, lait de coco, oignons, épices)</p>	<p>– terrine de légumes (céleri, carotte, épinards)</p>	<p>– carottes râpées 1 à l'orange</p>
<p>plat</p> <p>– omelette nature 1 sauce tomate</p> <p>– pommes de terre rissolées 2</p>	<p>– filet de saumon sauce aigre douce</p> <p>– riz cantonais 1 (riz, omelette, petits pois, poivrons, oignons)</p>	<p>– picoussel (galette aux blettes) et ketchup maison</p> <p>– coquillettes de Normandie 2</p>	<p>– colin pané</p> <p>– purée 2 de brocolis 1</p>	<p>– poulet rôti 1 sauce béarnaise</p> <p>– SV carré de seitan 1 sauce béarnaise maison</p> <p>– haricots verts 1 et quinoa gourmand 1</p>
<p>laitage</p> <p>– pont l'évêque AOP 2</p>	<p>– yaourt nature sucré 1 Ferme de la Trébisière</p>	<p>– emmental 1</p>	<p>– le bô-erou 1 Ferme de la Quesne</p>	<p>– le tendre rouennais 2 Ferme Dumesnil</p>
<p>dessert</p> <p>– gâteau 1 au chocolat</p>	<p>– fruit</p>	<p>– fruit</p>	<p>– purée de pomme pêche et fruit du dragon</p>	<p>– fromage frais fruité 1</p>
<p>gouter</p> <p>– jus d'oranges 1 pomme 2 yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers</p>	<p>– lait 1 baguette 4 beurre, confiture d'abricots</p>	<p>– lait 1 chocolat au lait ▲ pain au lait</p>	<p>– petit suisse fruité 1 quatre-quarts 1</p>	<p>– purée de pomme mirabelle, pain complet 1 beurre, confiture de framboises</p>

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 : 29/01/2026

- 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 23 février		Mardi 24 février	Mercredi 25 février	Jeudi 26 février	Vendredi 27 février
entrée	– duo carottes 1 et chou rouge 1	– potage crécy 1 (pommes de terre, carottes)	– salade de chou blanc 1 et raisins secs au curry	– betteraves rouges 1 vinaigrette 1	– taboulé 1 d'hiver (semoule, chou-fleur, petits pois, menthe, oignons, citron, huile d'olive)
	– lasagnes végétariennes (haricots rouges, aubergines, courgettes, poivrons, tomates, béchamel de haricots blancs, emmental)	– filet de poisson 6 sauce aux agrumes	– couscous merguez 2	– pavé de jambon 4 sauce marengo	– chili con carne 1
	– salade iceberg vinaigrette 1	– cœur de blé 1	– SV couscous merguez végétale	– SV oeufs brouillés sauce marengo	– SV chili végétarien (haricots rouges, petits pois, maïs, poivrons, carottes, oignons, tomates)
	– camembert 1	– saint-bray 1 Ferme de La Quesne	– semoule 1	– frites au four	– riz créole 1
plat	– far 2 aux pépites de chocolat	– fruit 1	– kiri	– yaourt nature sucré 1 Ferme de la Trébisière	– bonne Cauchoise 2 de la Ferme Dumesnil
	– jus d'oranges 1 pomme 2 fromage blanc nature 1 sucre	– fruit 1	– compote pommes 2 poires maison	– fruit 1	– salade de fruits (kiwi, pomme, orange, cocktail de fruits)
	– lait 1 gâteau 1 à la noix de coco	– petit suisse fruité 1 pain boulot 1 pâte à tartiner maison	– petit suisse fruité 1 pain boulot 1 pâte à tartiner maison	– purée de pomme coing, baguette 1 beurre, confiture de myrtilles	– purée pomme fraise 1 crêpe 1 au sucre ▲
	–	▲	▲	–	–
laitage	–	–	–	–	–
	–	–	–	–	–
dessert	–	–	–	–	–
	–	–	–	–	–
gouter	–	–	–	–	–
	–	–	–	–	–

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.