









# Menu de la semaine • Mairie de Rouen •







Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés







Menu mis à jour le : 05/03/2026

- 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 9 mars	Mardi 10 mars	Mercredi 11 mars	Jeudi 12 mars	Vendredi 13 mars
<b>entrée</b>	– salade iceberg et emmental vinaigrette 1	–  oeuf dur 1 mayonnaise – saucisson à l'ail 2 et beurre 1	– salade coleslaw 1 (carottes, chou blanc, chou rouge, mayonnaise)	– carottes râpées 1 vinaigrette 1	– taboulé 1 d'hiver (semoule, chou-fleur, petits pois, menthe, oignons, citron, huile d'olive)
<b>plat</b>	– escalope de dinde 4 sauce champignons –  colin pané – purée 2 de chou-fleur 1	– filet de poisson rôti 6 aux petits légumes 1 crévés – épinards 1 à la béchamel 2 et riz créole 1	– poulet rôti 1 –  omelette 1 nature – coquillettes 1 et sauce tomate	– tortelloni à la provençale 1 sauce tomate	– rôti de boeuf 1 –  carré de seitan 1 – frites au four sauce aux herbes
<b>laitage</b>	– camembert 1	– meule de bray 1 Ferme de La Quesne	– cantal AOP	– saint-nectaire AOP	– yaourt nature sucré 2 Ferme Chapelle Brestot
<b>dessert</b>	– yaourt aromatisé	– kiwi jaune	– compote pommes 2 bananes maison	– crème aux oeufs 1 maison à la vanille	– orange
<b>goûter</b>	– purée de pomme ananas, pain boudoir 1 pâte à tartiner maison 	– lait équitable, far breton 1	– banane 1 fromage blanc nature 1 sucre	– pomme 2 crêpe 1 au sucre 	– jus de pommes 1 croc'lait, pain complet 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 : 05/03/2026

- 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 16 mars	Mardi 17 mars	Mercredi 18 mars	Jeudi 19 mars	Vendredi 20 mars
<b>entrée</b>	- concombre vinaigrette 1	- betteraves rouges 1 vinaigrette 1	- soupe de potiron 2	- céleri 1 rémoulade	- macédoine mayonnaise
<b>plat</b>	- omelette nature 1 et ketchup maison - purée de pommes de terre 2	- colin pané - pépinettes 1	- blanquette de veau 1 à l'ancienne -  blanquette aux boulettes végétales - riz pilaf 1	- bolognaise de bœuf 2 -  bolognaise végétarienne aux lentilles corail 2 (lentilles corail, carottes, oignons, poivrons, ail, tomates) - spaghetti 1	- filet de poisson 6 à la persillade - gratin de panais 1 et pommes de terre 2
<b>laitage</b>	- emmental 1	- brie 1	- gouda 1	- bonne Cauchoise 2 de la Ferme Dumesnil	- fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers
<b>dessert</b>	- purée de pomme 1	- brownie 	- fruit 1	- purée de pomme coing	- fruit 1
<b>goûter</b>	- jus d'oranges 1 chocolat au lait  pain au lait	- lait équitable, pain de campagne 1 beurre, confiture d'abricots	- lait équitable, gâteau au yaourt 2	- 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 : 05/03/2026

- 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 mars	Mardi 24 mars	Mercredi 25 mars	Jeudi 26 mars	Vendredi 27 mars
entrée	- carottes râpées 1 à l'orange	- salade iceberg et emmental vinaigrette 1	- tarte à l'italienne (aubergine, poivrons, tomate, parmesan, emmental)	- salade coleslaw 1 (carottes, chou blanc, mayonnaise)	- concombre à la bulgare
plat	- raviolis aux légumes	- croustillant fromager - petits pois et carottes	- curry de poisson 6 - carottes 1 au cumin et céréales gourmandes 1	- poulet rôti 2 sauce aux pleurotes 1 de Normandie - sv picoussel (galette aux blettes) sauce aux pleurotes 1 - riz créole 1	- moussaka de lentilles (aubergines, lentilles, tomates, pommes de terre, oignons, carottes, céleri, béchamel, emmental)
laitage	- vache qui rit	- yaourt nature sucré 1 Ferme de la Trébisière	- livarot AOP 1	- cantal AOP	- le bô-érou 1 Ferme de la Quesne
dessert	- purée de pomme 1	- fruit	- fruit	- salade de fruits (kiwi, pomme, orange, cocktail de fruits)	- roulé à la pâte à tartiner maison ▲
goûter	- petit suisse fruité 1 crêpe 1 au sucre ▲	- lait équitable, gâteau 1 à la noix de coco	- purée pomme fraise 1 pain boulot 1 pâte à tartiner maison ▲	- purée de pomme coing, baguette 1 beurre, confiture de myrtilles	- 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.