



# Menus scolaires • Mairie de Rouen •



*Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés*

**RN** Provenance Région Normandie  
**AB** Agriculture biologique  
**O3** Oméga 3  
**VBF** Viande de bœuf française

**VF** Volaille française  
**VPF** Viande de porc française  
**LR** Label Rouge  
**\*** Peut contenir des traces de fruits à coques

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.*

| Lundi 7 janvier                            | Mardi 8 janvier                                  | Mercredi 9 janvier                                      | Jeudi 10 janvier                             | Vendredi 11 janvier                                        |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| Menu du Conseil Municipal des Enfants      | salade cœur de palmier à la vinaigrette (RN)     | salade de coquillettes (AB) au thon                     | céleri (AB) mayonnaise                       | salade iceberg croûtons et maïs (AB) à la vinaigrette (RN) |
| pamplemousse                               | jambon (O3)                                      | sauté de veau normand (RN) sauce tomate et herbes       | hachis parmentier (RN)                       | rôti filet de dinde (LR) sauce louisiane                   |
| poisson pané sauce tartare                 | jambon de dinde (VF)                             | carottes batonnets (AB)                                 | cœur de laitue                               | haricots verts (AB) et riz (AB) pilaf                      |
| pommes dauphines et petits pois (AB)       | tortis (AB) et ratatouille                       | fromage blanc sucré (RN) Ferme du Beffroi               | yaourt nature sucré (AB) ferme des peupliers | camembert (AB)                                             |
| mini-babybel (AB)                          | meule de bray (AB) Ferme de la Quesne            | purée de pomme banane (AB)                              | clémentine                                   | galette frangipane                                         |
| crème dessert vanille (AB)                 | pomme (RN)                                       |                                                         |                                              |                                                            |
| <i>goûter</i>                              | <i>goûter</i>                                    | <i>goûter</i>                                           | <i>goûter</i>                                | <i>goûter</i>                                              |
| pain au lait, chocolat, sirop de grenadine | pain (AB), pâte à tartiner maison (*), lait (RN) | pain (AB), beurre, confiture fraise, jus de pommes (RN) | quatre quart chocolat (AB), jus d'orange     | brioche, compote à boire, sirop citron                     |



# Menus scolaires • Mairie de Rouen •



*Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés*



**RN** Provenance Région Normandie  
**AB** Agriculture biologique  
**O3** Oméga 3  
**VBF** Viande de bœuf française

**VF** Volaille française  
**VPF** Viande de porc française  
**LR** Label Rouge  
**\*** Peut contenir des traces de fruits à coques

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.

| Lundi 14 janvier                                                                                                                                                                                               | Mardi 15 janvier                                                                                                                                                                                        | Mercredi 16 janvier                                                                                                                              | Jeudi 17 janvier                                                                                                                                                                                        | Vendredi 18 janvier                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>velouté crème dubarry (AB)</p> <p>sauté de boeuf (RN) aux champignons</p> <p>blé pilaf (AB) aux carottes (AB)</p> <p>cœur de saint romain (RN)<br/>Ferme de Saint-Vincent de Cramenil</p> <p>pomme (AB)</p> | <p>concombre à la vinaigrette (RN)</p> <p>filet dos de lieu selon la pêche du jour (RN) sauce aurore</p> <p>purée d'épinards (AB)</p> <p>yaourt nature sucré (RN) ferme des peupliers</p> <p>ananas</p> | <p>maquereau à la moutarde</p> <p>poulet rôti fermier (RN) au jus</p> <p>haricots beurre et pomme de terre (RN)</p> <p>brie (RN)</p> <p>kiwi</p> | <p>carottes râpées (AB) et maïs (AB)</p> <p>rôti de boeuf (RN)</p> <p>frites ketchup maison</p> <p>la meulh normande (RN) Ferme de Saint-Vincent de Cramenil</p> <p>far aux pommes (AB) et pruneaux</p> | <p><i>Menu VEGETARIEN</i></p> <p>salade iceberg à la vinaigrette (RN)</p> <p>croziflette au reblochon</p> <p>petit suisse fruité</p> <p>purée de poire (AB)</p> |
| <i>goûter</i>                                                                                                                                                                                                  | <i>goûter</i>                                                                                                                                                                                           | <i>goûter</i>                                                                                                                                    | <i>goûter</i>                                                                                                                                                                                           | <i>goûter</i>                                                                                                                                                   |
| yaourt nature sucré (AB), gaufre                                                                                                                                                                               | pain (AB), beurre, confiture framboise, lait (AB)                                                                                                                                                       | banane, madeleine, sirop de fraise                                                                                                               | pain (AB), beurre, chocolat, jus d'orange                                                                                                                                                               | gâteau aux amandes (AB), jus de pommes (AB)                                                                                                                     |



# Menus scolaires • Mairie de Rouen •



*Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés*



**RN** Provenance Région Normandie  
**AB** Agriculture biologique  
**O3** Oméga 3  
**VBF** Viande de bœuf française

**VF** Volaille française  
**VPF** Viande de porc française  
**LR** Label Rouge  
**\*** Peut contenir des traces de fruits à coques

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.*

| Lundi 21 janvier                                        | Mardi 22 janvier                               | Mercredi 23 janvier                          | Jeudi 24 janvier                                                | Vendredi 25 janvier                                        |
|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| concombre à la vinaigrette (RN)                         | carottes râpées (AB) à la vinaigrette (RN)     | potage de légumes (AB)                       | céleri (AB) mayonnaise                                          | pâté de campagne (RN)                                      |
| omelette nature (AB)                                    |                                                | rôti de dinde (LR) sauce paprika             | cassoulet (O3)                                                  | roulade de volaille (VF)                                   |
| gratin de légumes (AB)                                  | sauté de veau (VBF) sauce normande             | pommes rissolées batonnets (RN)              | cassoulet sans porc                                             | filet de poisson selon pêche du jour (RN) sauce fécampoise |
| coulommier (RN)                                         | tortis (AB)                                    | petit suisse sucré                           | haricots blancs                                                 | chou fleur (AB) et pomme de terre (RN)                     |
| riz au lait (AB)                                        | tome de bray (AB) Ferme de la Quesne           | fruit                                        | camembert (AB)                                                  | fleur de lin (RN) Ferme de Saint-Vincent de Cramenil       |
|                                                         | fruit                                          |                                              | fruit                                                           | purée pomme banane (AB)                                    |
| <i>goûter</i>                                           | <i>goûter</i>                                  | <i>goûter</i>                                | <i>goûter</i>                                                   | <i>goûter</i>                                              |
| <i>pain (AB), pâte à tartiner maison (*), lait (RN)</i> | <i>pain au lait, chocolat, sirop de menthe</i> | <i>gâteau (AB) au chocolat, jus d'orange</i> | <i>pain (AB), beurre, confiture abricot, jus de pommes (AB)</i> | <i>brioche, compote à boire, sirop de grenadine</i>        |



# Menus scolaires • Mairie de Rouen •



*Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés*

**RN** Provenance Région Normandie  
**AB** Agriculture biologique  
**O3** Oméga 3  
**VBF** Viande de bœuf française

**VF** Volaille française  
**VPF** Viande de porc française  
**LR** Label Rouge  
**\*** Peut contenir des traces de fruits à coques

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.*

| Lundi 28 janvier                                                                                                                                                                                                                                          | Mardi 29 janvier                                                                                                                                                                                                                         | Mercredi 30 janvier                                                                                                                                                                                                                      | Jeudi 31 janvier                                                                                                                                                  | Vendredi 1 février                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Thème ANGLAIS</b><br><br>salade coleslaw (AB) (carotte chou blanc mayonnaise)<br><br>shepherd's pie (boeuf brebis purée de pomme de terre et ail tomate carotte oignon petit pois champignon)<br><br>salade iceberg<br><br>cheddar<br><br>pudding (AB) | carottes râpées (AB) et maïs (AB)<br><br>émincé de dinde (LR) sauce crétoise<br><br>pommes rissolées (RN) et brocolis<br><br>yaourt sucré ferme des peupliers (AB)<br><br>salade de fruits (orange banane kiwi pomme cocktail de fruits) | chou fleur (AB) vinaigrette (RN)<br><br>filet de poisson selon pêche du jour (RN) sauce provençale<br><br>haricots verts (AB) et boulgour (AB)<br><br>pont l'évêque (RN) Ferme de Saint-Philbert des champs<br><br>purée de pomme fraise | potage de légumes (AB)<br><br>rôti de veau (VBF) sauce au curry<br><br>gratin de potiron (AB)<br><br>fromage blanc (AB) sucré de la Ferme du Beffroi<br><br>fruit | taboulé (AB)<br><br>navarin (VF)<br><br>carottes (AB) et tortis (AB)<br><br>bonne cauchoise (RN) Ferme de Saint-Vincent de Cramenil<br><br>crêpe (AB) au sucre |
| <i>goûter</i>                                                                                                                                                                                                                                             | <i>goûter</i>                                                                                                                                                                                                                            | <i>goûter</i>                                                                                                                                                                                                                            | <i>goûter</i>                                                                                                                                                     | <i>goûter</i>                                                                                                                                                  |
| pain (AB), beurre, confiture fraise, lait (AB)                                                                                                                                                                                                            | pain (AB), beurre, chocolat, jus d'orange                                                                                                                                                                                                | yaourt nature sucré (AB), gaufre                                                                                                                                                                                                         | cake aux fruits (AB), jus de pommes (RN)                                                                                                                          | banane, madeleine, sirop de cassis                                                                                                                             |