

# Octobre 2024



**Tables Communes**  
Restauration Publique  
Écoresponsable

	lundi 30 septembre	mardi 1 Octobre	mercredi 2	jeudi 3	vendredi 4
<b>Entrée</b>	Asperges vinaigrette	Pomelo	Betteraves vinaigrette	Carottes râpées multicolores	Concombre à la crème
<b>Plat</b>	Emincé de boeuf   aux haricots rouges	Filet de poisson sauce dugléré	Jambon de dinde	Emincé de dinde   sauce forestière	Lentilles   à la tomate
<b>Plat bébé</b>	Emincé de boeuf	Filet de poisson	Jambon de dinde	Emincé de dinde	Oeuf dur
<b>Garniture</b>	Pommes de terre vapeur	Haricots verts	Pâtes	Duo de pommes de terre et courge butternut	Riz
<b>Garniture bébé</b>	Purée de légumes	Purée de légumes	Purée de légumes	Purée de légumes	Purée de légumes
<b>Produit laitier</b>	Yaourt nature	Gouda	Yaourt nature brassé	Petit suisse	Emmental
<b>Dessert</b>	Fruit	Semoule au lait	Fruit	Gâteau maison	Purée de fruits
<b>Dessert bébé</b>	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés
<b>Goûter</b>	Pain - beurre - lait nature au lait entier	Madeleine nature - petit suisse nature au lait entier - fruit	Pain - confiture d'abricots - lait nature au lait entier	Pain - mimolette - fruit	Pain - beurre - fruit
<b>Goûter bébé</b>	Yaourt nature au lait entier - purée de pommes	Petit suisse nature au lait entier - purée de poires	Yaourt nature brassé - purée de pomme banane	Fromage blanc nature - purée de pomme coing	Yaourt nature au lait entier - purée de pommes



La composition complète des menus (ingrédients, allergènes et goûters) est disponible sur ce QR code.

@tables\_communes

Produit issu de l'Agriculture Biologique

Produit issu d'Île-de-France ou des régions limitrophes selon la définition du référentiel Ecocert «en cuisine»

Indication Géographique Protégée

Appellation d'Origine Protégée

Haute Valeur Environnementale

Label Rouge



Pour des raisons indépendantes de notre volonté, des changements peuvent intervenir dans la composition des menus.

# Octobre 2024



**Tables Communes**  
Restauration Publique  
Écoresponsable

	lundi 7	mardi 8	mercredi 9	jeudi 10	vendredi 11
<b>Entrée</b>	Salade de haricots rouge et maïs	Sardine à l'huile	Carottes râpées vinaigrette	Chou blanc 🌱 & vinaigrette	Haricots verts vinaigrette
<b>Plat</b>	Filet de poisson au curry	Veau 🇫🇷 marengo	Jambon de dinde	Steak haché	Ratatouille 🌱 et pois chiche 🌱
<b>Plat bébé</b>	Filet de poisson	Sauté de veau	Jambon de dinde	Steak haché	Oeuf dur
<b>Garniture</b>	Carottes jeunes	Flageolets	Brocolis et émulsion au beurre	Pâtes semi complètes 🌱	Semoule complète 🌱
<b>Garniture bébé</b>	Purée de légumes	Purée de légumes	Purée de légumes	Purée de légumes	Purée de légumes
<b>Produit laitier</b>	Comté 🍷	Petit suisse nature 🌱	Tome blanche	Carré de l'Est	Fromage blanc nature
<b>Dessert</b>	Fruit	Fruit	Riz au lait	Purée de fruits 🌱	Fruit 🌱
<b>Dessert bébé</b>	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés
<b>Goûter</b>	Pain - beurre - yaourt nature au lait entier	Pain au lait - lait nature entier - purée de fruits	Pain - chocolat noir - fruit	Biscuit petit beurre - fromage blanc nature - fruit	Pain - emmental - purée de fruits
<b>Goûter bébé</b>	Yaourt nature au lait entier - purée de pommes	Petit suisse nature - purée de poires	Yaourt nature brassé - purée de pomme banane	Fromage blanc nature - purée de pomme coing	Yaourt nature au lait entier - purée de pommes



La composition complète des menus (ingrédients, allergènes et goûters) est disponible sur ce QR code.

@tables\_communes

Produit issu de l'Agriculture Biologique

Produit issu d'Île-de-France ou des régions limitrophes selon la définition du référentiel Ecocert «en cuisine»

Indication Géographique Protégée

Appellation d'Origine Protégée

Haute Valeur Environnementale

Label Rouge



Pour des raisons indépendantes de notre volonté, des changements peuvent intervenir dans la composition des menus.

# Octobre 2024



**Tables Communes**  
Restauration Publique  
Écoresponsable

	lundi 14	mardi 15	mercredi 16	jeudi 17	vendredi 18
<b>Entrée</b>	Betteraves vinaigrette	Velouté de légumes	Céleri remoulade de pois chiches	Carottes râpées vinaigrette	Salade de riz
<b>Plat</b>	Omelette	Filet de poisson sauce orientale	Emincé de dinde  au jus	Ecrasé de pommes de terre au saumon	Carbonade de boeuf
<b>Plat bébé</b>	Oeuf dur	Sauté de veau	Emincé de dinde	Filet de poisson	Jambon de dinde
<b>Garniture</b>	Haricots blancs à la tomate	Coeurs de blé aux petits légumes	Purée de carottes		Petits pois
<b>Garniture bébé</b>	Purée de légumes	Purée de légumes	Purée de légumes	Purée de légumes	Purée de légumes
<b>Produit laitier</b>	Emmental	Yaourt nature	Mimolette	Yaourt nature brassé	Fromage fondu
<b>Dessert</b>	Fruit	Fruit	Riz au lait	Fruit	Fruit
<b>Dessert bébé</b>	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés
<b>Goûter</b>	Pain - beurre - yaourt nature au lait entier	Pain - fromage fouetté - fruit	Madeleine nature - yaourt nature au lait entier - fruit	Pain - camembert - fruit	Pain - confiture de fraises - lait nature entier
<b>Goûter bébé</b>	Yaourt nature au lait entier - purée de pommes	Petit suisse nature - purée de poires	Yaourt nature brassé - purée de pomme banane	Fromage blanc nature - purée de pomme coing	Yaourt nature au lait entier - purée de pommes



La composition complète des menus (ingrédients, allergènes et goûters) est disponible sur ce QR code.

@tables\_communes



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Produit issu d'Île-de-France ou des régions limitrophes selon la définition du référentiel Ecocert «en cuisine»



Indication Géographique Protégée



Appellation d'Origine Protégée



Haute Valeur Environnementale



Label Rouge



Pour des raisons indépendantes de notre volonté, des changements peuvent intervenir dans la composition des menus.

# Octobre 2024



**Tables Communes**  
Restauration Publique  
Écoresponsable

	lundi 21	mardi 22	mercredi 23	jeudi 24	vendredi 25
<b>Entrée</b>	Salade de pâtes tricolores	Salade de pommes de terre vinaigrette	Carottes râpées vinaigrette	Macédoine vinaigrette	Pomelo
<b>Plat</b>	Filet de poisson sauce basilic	Sauté de dinde 🇫🇷 sauce moutarde	Lentilles 🇫🇷 🇫🇷 à la tomate	Eminé de boeuf 🇫🇷 🇫🇷 aux haricots rouges	Filet de poisson sauce dorée
<b>Plat bébé</b>	Filet de poisson	Oeuf dur	Jambon de dinde	Emincé de boeuf 🇫🇷	Filet de poisson
<b>Garniture</b>	Ratatouille	Haricots verts	Pâtes 🇫🇷	Riz 🇫🇷	Epinards à la crème
<b>Garniture bébé</b>	Purée de légumes	Purée de légumes	Purée de légumes	Purée de légumes	Purée de légumes
<b>Produit laitier</b>	Saint Paulin	Brie	Fromage blanc nature	Saint Nectaire 🇫🇷	Petit suisse nature
<b>Dessert</b>	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit 🇫🇷	Gâteau maison
<b>Dessert bébé</b>	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés
<b>Goûter</b>	Pain - beurre - purée de fruits	Pain - confiture d'abricot - petit suisse nature	Pain - beurre - lait entier nature	Biscuit petit beurre - lait nature entier - purée de fruits	Pain - emmental - fruit
<b>Goûter bébé</b>	Yaourt nature au lait entier - purée de pommes	Petit suisse nature - purée de poires	Yaourt nature brassé - purée de pomme banane	Fromage blanc nature - purée de pomme coing	Yaourt nature au lait entier - purée de pommes



La composition complète des menus (ingrédients, allergènes et goûters) est disponible sur ce QR code.

@tables\_communes



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Produit issu d'Île-de-France ou des régions limitrophes selon la définition du référentiel Ecocert «en cuisine»



Indication Géographique Protégée



Appellation d'Origine Protégée



Haute Valeur Environnementale



Label Rouge



Pour des raisons indépendantes de notre volonté, des changements peuvent intervenir dans la composition des menus.

# Octobre 2024



**Tables Communes**  
Restauration Publique  
Écoresponsable

	lundi 28	mardi 29	mercredi 30	jeudi 31	vendredi 1 novembre
<b>Entrée</b>	Betteraves vinaigrette	Asperges vinaigrette	Soupe de légumes	Carottes multicolores	<b>Féié</b>
<b>Plat</b>	Tajine de veau	Dhal de lentilles corail	Filet de poisson sauce crème citron	Parmentier de boeuf au potiron	
<b>Plat bébé</b>	Sauté de veau	Oeuf dur	Filet de poisson sauce crème citron	Egrainé de boeuf	
<b>Garniture</b>	Semoule	Riz	Petits pois carottes		
<b>Garniture bébé</b>	Purée de légumes	Purée de légumes	Purée de légumes	Purée de légumes	
<b>Produit laitier</b>	Yaourt nature au lait entier	Comté	Carré de l'Est	Fromage fondu	
<b>Dessert</b>	Fruit	Fruit	Fruit	Purée de fruits	
<b>Dessert bébé</b>	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés	Purée de fruits sans sucres ajoutés	
<b>Goûter</b>	Pain - camembert - purée de fruits	Pain au lait - lait nature entier - purée de fruits	Pain - beurre - yaourt nature brassé	Pain - chocolat noir - fruit	
<b>Goûter bébé</b>	Yaourt nature au lait entier - purée de pommes	Petit suisse nature - purée de poires	Yaourt nature brassé - purée de pomme banane	Fromage blanc nature - purée de pomme coing	



La composition complète des menus (ingrédients, allergènes et goûters) est disponible sur ce QR code.

@tables\_communes



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Produit issu d'Île-de-France ou des régions limitrophes selon la définition du référentiel Ecocert «en cuisine»



Indication Géographique Protégée



Appellation d'Origine Protégée



Haute Valeur Environnementale



Label Rouge



Pour des raisons indépendantes de notre volonté, des changements peuvent intervenir dans la composition des menus.