

Mars 2025



Tables Communes
Restauration Publique
Écoresponsable

	lundi 3	mardi 4	mercredi 5	jeudi 6	vendredi 7	lundi 10	mardi 11	mercredi 12	jeudi 13	vendredi 14
Entrée	Pomelo	Haricots rouges et maïs vinaigrette 🍷		Endives et dés de mimolette vinaigrette 🍷	Carottes râpées 🍷🌱*		Salade verte vinaigrette 🍷	Soupe de légumes 🍷	Céleri rémoulade	Salade de pommes de terre vinaigrette 🍷
Plat principal	Brandade de poisson	Omelette nature 🍷	Poulet 🍷🍗 ou pané au fromage	Émincé de bœuf 🍷 aux lentilles 🍷 ou quinoa aux carottes 🍷	Quenelles nature sauce tomate	Sauté de porc 🍷 au curry 🍷 ou dhal de lentilles corail 🍷	Filet de poisson sauce citron 🍷	Gratin de pâtes sauce mornay 🍷	Haricots rouges sauce aux cacahuètes façon mafé 🍷	Sauté de bœuf 🍷 au paprika 🍷 ou égréné de pois 🍷 au paprika
Fromage Laitage	Gouda	Yaourt nature 🍷🌱*	Fromage blanc aromatisé	Haricots verts et haricots beurre 🍷	Riz 🍷🌱	Pommes de terre vapeur 🍷	Petits pois		Riz 🍷🌱	Carottes 🍷
Dessert	Fruit	Fruit 🍷🌱*	Fruit	Tarte au chocolat	Camembert 🍷*	Comté 🍷*	Brie	Petits suisse nature	Gouda	Fromage blanc nature 🍷*

	lundi 17	mardi 18	mercredi 19	jeudi 20**	vendredi 21	lundi 24	mardi 25	mercredi 26	jeudi 27	vendredi 28
Entrée	Lentilles vinaigrette 🍷	Pomelo	Crêpe au fromage		Soupe de légumes 🍷🌱🌱*		Lentilles vinaigrette 🍷	Salade verte vinaigrette 🍷	Céleri vinaigrette fromage blanc citron 🍷	Chou rouge vinaigrette 🍷
Plat principal	Filet de poisson sauce aurore 🍷	Émincé de dinde sauce forestière 🍷 ou pois chiches à la forestière 🍷	Veau marenge 🍷🍷 ou égréné de soja à la provençale 🍷	Haricots blancs et carottes sauce curry 🍷	Quiche au fromage	Émincé de bœuf 🍷 aux haricots rouges façon carbonade 🍷 ou émincé de blé façon carbonade	Omelette nature 🍷	Gnocchis au beurre 🍷	Sauté de porc 🍷 sauce charcutière 🍷 ou crigue au cantal	Filet de poisson sauce crème 🍷
Fromage Laitage	Carottes 🍷	Pommes vapeur 🍷	Haricots verts 🍷	Riz 🍷🌱	Salade verte vinaigrette 🍷	Petits pois et pommes de terre	Ratatouille	Épinards à la crème 🍷	Haricots verts et flageolets	É crasé de pommes de terre violet 🍷
Dessert	Emmental 🍷*	Edam	Carré de l'Est	Fromage blanc nature 🍷*	Yaourt aromatisé	Petit suisse nature 🍷*	Camembert 🍷*	Mimolette	Fromage fouetté	Yaourt à la myrtille



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

**Journée internationale sans viande

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



sauce mornay : beurre, farine, lait, fromage, sel, poivre, muscade, oeuf.
sauce charcutière : eau, moutarde, carottes, cornichons, beurre, farine, vinaigre, sel, poivre.

Instagram and Facebook icons @tables_communes

* Aide de l'Union Européenne à destination des écoles


Avril 2025




Tables Communes
Restauration Publique
Écoresponsable

	lundi 31	mardi 1	mercredi 2	jeudi 3	vendredi 4	lundi 7	mardi 8	mercredi 9	jeudi 10	vendredi 11
Entrée	Œuf dur mayonnaise	Pomelo	Salade verte vinaigrette 🍷	Soupe de légumes 🍷	Salade de pâtes vinaigrette 🍷	Betteraves et maïs vinaigrette 🍷	Salade verte vinaigrette 🍷		Carottes râpées 🍷🍷*	Tartinable 🍷
Plat principal	Dhal de lentilles corail 🍷	Escalope viennoise ou pané au fromage	Curry de chou fleur 🍷		Sauté de bœuf aux oignons ou égrené de pois à la provençale 🍷🍷	Semoule 🍷🍷	Omelette nature 🍷	Filet de poisson sauce orientale 🍷	Sauté de mouton sauce au romarin bouchées de pois chiches 🍷🍷 ou	Wings de poulet ou nuggets de blé 🍷
Fromage Laitage	Mimolette	Emmental 🍷*	Fromage blanc aromatisé	Yaourt nature 🍷🍷*	Brie	Fromage blanc nature 🍷*	Yaourt aromatisé	Saint Nectaire 🍷	Fromage fondu	Camembert 🍷*
Dessert	Fruit	Semoule au lait		Fruit 🍷*	Fruit	Fruit		Fruit	Pâtisserie et surprise au chocolat	Fruit 🍷*
									Menu chasse aux œufs	

	lundi 14	mardi 15	mercredi 16	jeudi 17	vendredi 18	lundi 21	mardi 22	mercredi 23	jeudi 24	vendredi 25
Entrée	Salade de pâtes vinaigrette 🍷	Salade verte vinaigrette 🍷		Chou blanc sauce soja 🍷	Carottes râpées vinaigrette 🍷		Pommes de terre vinaigrette 🍷	Crêpe au fromage	Endives vinaigrette 🍷	Salade verte et croutons vinaigrette 🍷
Plat principal	Poulet ou omelette nature 🍷🍷	Émincé de bœuf aux haricots rouges ou dhal de lentilles corail 🍷🍷	Bolognaise de lentilles 🍷	Filet de poisson meunière	Mijotée de haricots rouges et maïs sauce chili 🍷	FÉRIÉ	Filet de poisson sauce estragon 🍷	Sauté de bœuf sauce aux herbes ou omelette nature 🍷🍷	Lentilles à la tomate 🍷	Quiche au fromage
Fromage Laitage	Petit suisse nature 🍷	Carré de l'Est	Fromage blanc aromatisé	Fromage fouetté	Emmental 🍷		Carottes 🍷	Haricots verts	Pommes de terre vapeur 🍷	Yaourt nature brassé
Dessert	Fruit	Flan au caramel 🍷	Fruit	Gâteau à l'orange 🍷	Purée de pommes 🍷		Gouda	Brie	Mimolette	Abricots secs
									Gâteau à la fleur d'oranger 🍷	


 Produit issu de l'Agriculture Biologique


 Indication Géographique Protégée


 Plat élaboré par nos cuisiniers à partir de produits bruts ou peu transformés

* Aide de l'Union Européenne à destination des écoles

 Pain à tous les repas

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

 Appellation d'Origine Protégée

 Œuf ou viande de France

Des fruits de saisons sont servi à tous les repas: Pomme, poire, Orange, pamplemousse, Kiwi.

 Label Rouge