

Juillet 2025



Tables Communes
Restauration Publique
Écoresponsable

	lundi 7	mardi 8	mercredi 9	jeudi 10	vendredi 11
Entrée	Maïs vinaigrette 🍷		Pizza au fromage	Salade verte et croûtons vinaigrette 🍷	Concombre 🍷 à la crème 🍷
Plat principal	Filet de poisson sauce citron 🍷	Bolognaise de lentilles 🍷	Poulet 🍷 ou omelette nature 🍷	Sauté de boeuf 🍷 aux oignons 🍷 ou quenelles natures sauce tomate	Riz aux petits légumes façon paëlla 🍷
Fromage Laitage	Saint Nectaire 🍷	Carré de l'Est	Yaourt nature 🍷	Fromage blanc aromatisé	Mimolette
Dessert	Fruit	Fruit 🍷	Fruit		Pastel de nata

	mardi 15	mercredi 16	jeudi 17	vendredi 18
MENU BORD DE PLAGES				
lundi 14 : FÉRIÉ	Salade de pommes de terre vinaigrette 🍷		Pastèque	Tomate 🍷 vinaigrette 🍷
	Filet de poisson sauce basilic 🍷	Égrené de pois 🍷 sauce basquaise	Croque au fromage	Veau 🍷 marengo 🍷 ou omelette nature 🍷
	Brocolis 🍷	Riz 🍷	Salade verte et maïs vinaigrette 🍷	Petits pois et pommes de terre
	Emmental 🍷	Camembert 🍷		Fromage fondu
	Fruit	Fruit 🍷	Gâteau 🍷	Glace ou liégeois au chocolat

	lundi 21	mardi 22	mercredi 23	jeudi 24	vendredi 25
Entrée	Melon	Salade verte vinaigrette 🍷	Crêpe au fromage	Carottes râpées 🍷 vinaigrette 🍷	Pastèque
Plat principal	Émincé de boeuf 🍷 aux lentilles 🍷 ou cari de lentilles* 🍷	Légumes couscous	Filet de poisson sauce aurore 🍷	Haricots rouges sauce cacahuètes 🍷	Cordon bleu 🍷 ou pané au fromage
Fromage Laitage	Pointe de brie 🍷	Petit suisse nature 🍷	Gouda	Yaourt aromatisé 🍷	Saint Nectaire 🍷
Dessert	Fruit		Fruit 🍷	Purée de pommes kiwis 🍷	

	lundi 28	mardi 29	mercredi 30	jeudi 31	vendredi 1
MENU JAUNE					
Entrée		Lentilles vinaigrette 🍷	Pastèque	Maïs vinaigrette 🍷	Tomate vinaigrette 🍷
Plat principal	Dhal de lentilles corail 🍷	Axoa de veau 🍷 ou égrené de pois à l'aigre douce 🍷	Escalope de dinde 🍷 au jus 🍷 ou émincé de blé au jus de légumes	Filet de poisson sauce curry 🍷	Omelette nature 🍷
Fromage Laitage	Pommes de terre 🍷	Jeunes carottes 🍷	Beignets de légumes	Haricots beurre 🍷	Épinards et pommes de terre
Dessert	Yaourt nature 🍷	Camembert 🍷	Fromage blanc aromatisé	Emmental 🍷	Mimolette



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

- *Cari de lentilles : lentilles vertes et corails, oignon, tomate, lait de coco.
- *Axoa de veau : veau, ail, oignons, piments, sauce tomate.
- *Sauce Tika massala : curcuma, garam massala, sauce tomate, ail.

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

  @tables_communes



Août 2025



Tables Communes
Restauration Publique
Écoresponsable

	lundi 4	mardi 5	mercredi 6	jeudi 7	vendredi 8	MENU SOUL FOOD				
Entrée	Salade verte et croûtons vinaigrette 🍷			Melon	Pizza au fromage	Œuf dur mayonnaise	Pommes de terre vinaigrette 🍷	Concombre et maïs vinaigrette 🍷	Melon	
Plat principal	Sauté de bœuf 🍷 paprika 🍷 ou pois chiches concassés sauce tikka massala 🍷*	Haricots rouges et maïs façon chili	Filet de poisson sauce basilic 🍷	Poulet aux corn flakes ou croustillants de blé	Quenelles nature sauce beurre	Lentilles à la tomate 🍷	Sauté de veau 🍷 aux olives 🍷 ou égrené de pois 🍷 aux olives	Trio de légumes 🍷	Filet de poisson meunière	
Fromage Laitage	Petits pois	Riz 🍷	Ratatouille et pois chiches	Potatoes et sauce cheddar	Courgettes 🍷 en persillade 🍷	Pâtes 🍷 et emmental râpé	Jeunes carottes 🍷	Cœurs de blé 🍷	Épinards à la crème 🍷	
Dessert	Carré de l'Est	Gouda	Fromage blanc nature 🍷	Fromage coque rouge	Yaourt aromatisé 🍷	Petit suisse nature 🍷	Emmental 🍷	Fromage blanc aromatisé	Camembert 🍷	
	Riz au lait 🍷	Fruit	Salade de fruits	Glace ou mini chou à la crème enrobés de chocolat	Fruit 🍷	Fruit	Fruit		Gâteau 🍷	
									vendredi 15 FÉRIÉ	

	lundi 18	mardi 19	mercredi 20	jeudi 21	vendredi 22	MENU ROUGE				
Entrée	Salade de pâtes tricolores 🍷		Taboulé 🍷	Tomate vinaigrette	Carottes râpées vinaigrette 🍷	Betteraves vinaigrette 🍷		Concombre vinaigrette 🍷	Melon	Tomate de plein champ vinaigrette 🍷
Plat principal	Omelette nature 🍷	Écrasé de pommes de terre au colin 🍷	Poulet rôti 🍷 ou pané épinards et emmental	Haricots blancs à la basquaise	Émincé de bœuf 🍷 au romarin 🍷 ou pois chiches et piperade	Légumes couscous	Dhal de lentilles corail 🍷	Sauté de bœuf 🍷 à la provençale 🍷 ou pané au fromage	Chipolata de volaille ou omelette 🍷	Filet de poisson meunière
Fromage Laitage	Brocolis 🍷	Salade verte vinaigrette 🍷	Courgettes 🍷 en persillade 🍷	Blé à la tomate 🍷	Pommes de terre 🍷	Semoule complète 🍷	Riz 🍷	Petits pois et pommes de terre	Potatoes et ketchup	Haricots verts 🍷
Dessert	Brie	Petit suisse nature 🍷	Saint Nectaire 🍷	Fromage coque rouge	Mimolette	Comté 🍷	Camembert 🍷	Emmental 🍷	Yaourt aromatisé 🍷	Fromage fromage fouetté
	Fruit	Fruit	Fruit 🍷	Pastèque	Purée de pommes cerises	Fruit	Fruit	Purée de pommes et fraises 🍷		Gâteau 🍷



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Indication Géographique Protégée



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



Œuf ou viande de France



Label Rouge



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



Appellation d'Origine Protégée



Commerce équitable

Pain 🍷 à tous les repas

Des fruits de saisons sont servi à tous les repas: Melon, abricot, pastèque, nectarine, pêche.