

Septembre 2025



Tables Communes
Restauration Publique
Écoresponsable

	lundi 1	mardi 2	mercredi 3	jeudi 4	vendredi 5	lundi 8	mardi 9	mercredi 10	jeudi 11	vendredi 12	lundi 15	mardi 16	mercredi 17
Entrée	Betteraves vinaigrette	Melon	Crêpe au fromage	Tomate de plein champs	Concombre et maïs vinaigrette		Salade verte vinaigrette	Œuf dur mayonnaise	Salade de pâtes vinaigrette	Tomate de plein champs	Salade verte vinaigrette	Houmous et pain de campagne	
Plat principal	Brandade de poisson	Omelette nature	Filet de poisson sauce basilic	Emincé de bœuf aux haricots rouges	Tortelloni pomodoro sauce tomate	Semoule complète	Poulet		Filet de poisson meunière	Sauté de bœuf sauce hongroise	Filet de poisson sauce waterzoï	Pané au fromage	Blanquette de veau
		Petits pois	Haricots verts	Pommes de terre		Légumes couscous et pois chiches	Potatoes et ketchup	Paëlla aux légumes	Courgettes en persillade	Carottes et pommes de terre	Pommes de terre	Brocolis	Riz doré
Fromage Laitage	Fromage blanc nature	Gouda	Petit suisse aromatisé	Emmental	Carré de l'Est	Comté	Mimolette	Yaourt à la vanille	Camembert	Fromage blanc nature et brisures de biscuits	Cantal	Petit suisse aromatisé	Emmental
Dessert	Fruit	Riz au lait	Fruit	Liégeois chocolat	Purée de pommes abricots	Fruit	Fruit	Fruit	Melon		Purée de pommes	Fruit	Fruit

	jeudi 18	vendredi 19	lundi 22	mardi 23	mercredi 24	jeudi 25	vendredi 26	lundi 29	mardi 30	mercredi 1 oct.	jeudi 2	vendredi 3
Entrée	Taboulé	Concombre	Salade de pommes de terre et maïs	Lentilles vinaigrette		Concombre	Salade verte vinaigrette	Salade verte vinaigrette	Salade de maïs	Chou rouge vinaigrette		Carottes râpées
Plat principal	Dhal de lentilles corail	Steak haché	Sauté de bœuf sauce aux oignons	Poulet	Pois chiches concassés sauce tikka masala	Filet de poisson meunière	Crique au cantal	Ecrasé de patate douce et au colin	Emincé de bœuf aux lentilles	Cordon bleu de volaille	Gnocchis et émulsion au beurre	Haricots rouges et maïs façon chili
	Haricots verts	Pâtes semi complètes et emmental râpé	Petits pois	Jeunes carottes	Riz	Cordiale de légumes	Courgettes		Haricots verts	Pâtes et emmental râpé	Epinards à la crème	Riz
Fromage Laitage	Brie	Yaourt nature	Camembert	Yaourt aromatisé	Gouda	Fromage fondu	Fromage blanc nature	Petit suisse aromatisé	Mimolette	Carré de l'Est	Yaourt nature	Emmental
Dessert	Fruit		Fruit	Fruit	Fruit	Gâteau au chocolat haricots rouges		Fruit	Fruit	Purée de pommes	Fruit	Crème dessert vanille



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

*Crique au cantal : pommes de terre, oeuf, farine, cantal, lait.
*Sauce waterzoï : sauce à base de crème aux petits légumes.
*Sauce hongroise : sauce à base de tomate, paprika, oignons.

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

@tables_communes



* Aide de l'Union Européenne à destination des écoles

Octobre 2025



Tables Communes
Restauration Publique
Écoresponsable

	Le grand repas										
	lundi 6	mardi 7	mercredi 8	jeudi 9	vendredi 10		lundi 13	mardi 14	mercredi 15	jeudi 16	vendredi 17
Entrée	Sauté de bœuf  au romarin 	Salade verte et croûtons vinaigrette 	Taboulé 	Céleri rémoulade au fromage blanc et cerneaux de noix 	Poulet 		Œuf dur  mayonnaise	Salade verte vinaigrette 	Crêpe au fromage	Chou blanc sauce soja 	Salade de maïs
Plat principal		Filet de poisson sauce dugué 	Omelette nature 	Risotto de petit épeautre aux champignons et châtaignes 			Lentilles à la tomate 	Emincé de bœuf  aux pois carrés 	Filet de poisson sauce orientale 	Ratatouille	Sauté de porc  sauce moutarde ou émincé de blé sauce moutarde
	Pommes de terre 	Petits pois	Carottes 		Potatoes et ketchup		Riz 	Haricots verts 	Chou fleur 	Pâtes de pois chiches 	Carottes 
Fromage Laitage	Fromage blanc aromatisé	Gouda	Fromage fouetté	Yaourt nature  	Camembert 		Petit suisse nature aromatisé	Comté 	Mimolette	Fromage blanc nature 	Brie
Dessert	Fruit 	Purée de pommes bananes 	Fruit	Gâteau à la mirabelle 	Fruit		Fruit	Semoule au lait	Fruit		Fruit 

	lundi 20	mardi 21	mercredi 22	jeudi 23	vendredi 24		lundi 27	mardi 28	mercredi 29	jeudi 30	vendredi 31
Entrée	Salade verte vinaigrette 	Salade de pâtes vinaigrette 		Chou rouge vinaigrette 	Carottes râpées  vinaigrette 		Salade de pommes de terre vinaigrette 	Lentilles vinaigrette 	Carottes râpées vinaigrette 	Soupe de légumes 	Endives vinaigrette 
Plat principal	Haricots rouges sauce cacahuète 	Filet de poisson sauce curry 	Tajine de veau 	Escalope viennoise	Parmentier de potiron 		Omelette nature 	Sauté de bœuf  sauce romarin 	Carbonara de volaille	Quiche butternut	Filet de poisson meunière
	Riz semi complet 	Petits pois	Semoule complète 	Haricots plats 			Gratin de légumes 	Brocolis 	Pâtes  et emmental râpé	Salade verte vinaigrette 	Epinards à la crème 
Fromage Laitage	Emmental 	Yaourt nature 	Brie	Fromage fondu	Petit suisse aromatisé		Comté 	Petit suisse nature 	Carré de l'Est	Fromage blanc aromatisé	Fromage fouetté
Dessert	Mousse au chocolat	Fruit	Fruit	Gâteau au chocolat et banane 	Fruit		Fruit	Fruit	Purée de pommes fraises		Gâteau au fromage blanc et citron 



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



Commerce équitable



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



Œuf ou viande de France



Label Rouge

* Aide de l'Union Européenne à destination des écoles

Pain  à tous les repas

Des fruits de saisons sont servis à tous les repas: Melon, raisin, prune, poire, nectarine, pêche.