

Sept. 2026

	lundi 31 août	mardi 1 ^{er}	mercredi 2	jeudi 3	vendredi 4	lundi 7	mardi 8	mercredi 9	jeudi 10	vendredi 11	lundi 14	mardi 15	mercredi 16
	RENTREE												
Entrée	Lentilles vinaigrette	Maïs vinaigrette	Blanquette de veau	Concombre			Maïs vinaigrette	Pastèque	Taboulé	Tomate de plein de champ	Œuf dur mayonnaise	Melon jaune	Crêpe au fromage
Plat principal	Filet de poisson sauce curry	Pizza au cheddar	ou bouchées de pois chiches	Boulgour	Steak haché ou pané au fromage et ketchup	Lentilles à la tomate	Omelette nature	Carbonara de volaille ou carbonara de légumes	Filet de poisson meunière	Sauté de bœuf au paprika ou égrené sauce curry coco	Semoule complète	Poulet ou égrené de pois sauce bolognaise	Filet de poisson sauce crème poivrons
	Haricots verts	Salade verte vinaigrette	Riz	Piperade et maïs	Pâtes	Riz	Brocolis	Pâtes et parmesan	Courgettes en persillade	Pommes de terre	Légumes couscous et pois chiches	Potatoes et ketchup	Chou fleur
Fromage Laitage	Fromage blanc aromatisé	Fromage fouetté	Mimolette	Camembert	Petit suisse nature	Emmental	Yaourt aromatisé	Purée de pomme	Carré de l'Est	Fromage blanc nature	Saint Nectaire	Petit suisse nature	Fromage fondu
Dessert	Fruit	Mousse au chocolat au lait	Melon	Purée de pomme banane	Fruit	Fruit	Fruit		Fruit		Fruit		Fruit

	jeudi 17	vendredi 18	lundi 21	mardi 22	mercredi 23	jeudi 24	vendredi 25	lundi 28	mardi 29	mercredi 30	jeudi 1 ^{er} octobre
	Manger bio & local c'est l'idéal !										
Entrée	Tomate de plein champ	Salade verte et croutons vinaigrette	Betteraves vinaigrette	Lentilles vinaigrette	Salade verte vinaigrette	Salade de riz	Carottes râpées	Maïs vinaigrette	Emincé de bœuf	Œuf dur mayonnaise	Carottes râpées
Plat principal	Emincé de bœuf de lentilles ou omelette nature	Tortelloni pomodoro et mozzarella sauce tomate	Ecrasé de pommes de terre au colin	Omelette nature	Boulettes de bœuf sauce poivre ou égrené de pois sauce tomate	Pané au fromage	Sauté de bœuf au romarin ou dhal de lentilles corail	Poulet ou boulgour aux petits légumes	aux haricots rouges ou haricots rouges sauce cacahuètes	Quiche au fromage	Tajine de pois chiches
	Carottes et pommes de terre			Epinards	Pâtes	Courgettes en persillade	Petits pois	Ratatouille	Pommes de terre et épices	Salade verte vinaigrette et croutons	Semoule complète
Fromage Laitage	Yaourt aromatisé à la banane	Camembert	Yaourt nature	Emmental	Petit suisse aromatisé	Brie	Fromage fondu	Petit suisse nature	Camembert	Fromage blanc aromatisé	Mimolette
Dessert		Crème au chocolat	Fruit	Fruit		Fruit	Riz au lait	Fruit	Fruit		Purée de pomme abricot



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

*Les plats de poulet peuvent être un émincé ou un poulet rôti selon votre commune car Tables Communes privilégie l'achat de viande à l'équilibre pour une alimentation durable. Consultez le menu détaillé de votre école sur notre site internet.

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

Oct. 2026

	vendredi 2	lundi 5	mardi 6	mercredi 7	jeudi 8	vendredi 9	lundi 12	mardi 13	mercredi 14	jeudi 15	vendredi 16
		Le Grand repas									
Entrée	Chou blanc sauce soja		Salade verte vinaigrette	Crêpe au fromage		Coleslaw	Maïs vinaigrette		Carottes râpées vinaigrette	Houmous et pain de campagne	Salade verte vinaigrette
Plat principal	Filet de poisson sauce crème	Lentilles à la tomate	Ecrasé de pommes de terre au colin	Omelette nature		Sauté de bœuf au romarin ou égrené de pois au romarin	Sauté de porc à la moutarde ou riz aux petits légumes	Emincé de bœuf aux haricots rouges ou omelette nature	Gratin de pâtes	Filet de poisson sauce aurore	Nuggets de blé
	Haricots verts	Riz		Petits pois		Haricots verts et pommes de terre	Carottes	Pommes de terre et épices	Mélange de légumes	Haricots beurre	Potatoes et ketchup
Fromage Laitage	Fromage fouetté	Yaourt nature	Mimolette	Brie		Comté	Emmental	Carré de l'Est		Petit suisse nature	Fromage fondu
Dessert	Tarte aux pommes	Fruit	Purée de pomme banane	Fruit		Fruit	Fruit	Fruit	Yaourt aromatisé	Fruit	Liégeois au chocolat

	lundi 19	mardi 20	mercredi 21	jeudi 22	vendredi 23	lundi 26	mardi 27	mercredi 28	jeudi 29	vendredi 30
Entrée		Pâtes vinaigrette	Céleri remoulade	Salade verte et maïs	Carottes râpées vinaigrette	Œuf dur mayonnaise	Pomelo	Taboulé	Chou rouge vinaigrette	Salade verte et croutons
Plat principal	Cari réunionnais	Filet de poisson sauce ail et fines herbes	Tajine de veau ou tajine de légumes	Escalope viennoise ou pané au fromage et ketchup	Ravioli au fromage sauce tomate	Riz et pois chiches concassés	Ecrasé de pommes de terre au colin	Poulet ou pané au fromage	Bolognaise de bœuf ou égrené de pois à la tomate	Omelette nature
	Riz	Petits pois	Semoule complète	Brocolis		Ratatouille		Haricots verts	Pâtes et emmental râpé	Epinards et pommes de terre
Fromage Laitage	Fromage blanc aromatisé	Mimolette	Petit suisse nature	Fromage coque rouge	Emmental râpé	Petit suisse nature	Camembert	Gouda	Fromage blanc aromatisé	Fromage fondu
Dessert	Fruit	Fruit		Quatre-Quarts	Purée de pomme cerise	Fruit	Purée de pomme	Fruit		Gâteau au citron

Produit issu de l'Agriculture Biologique
Produit issu d'Ile-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
Les fruits servis sont de saison : melon, pastèque, abricot, pêche, nectarine, prune

Pain à tous les repas

Toutes nos vinaigrettes sont bio

Manger au restaurant scolaire, c'est bien plus qu'un repas.

C'est un temps d'apprentissage, un engagement pour la santé des enfants et une action concrète pour la planète. Ensemble, avec les équipes de cuisine, les producteurs locaux et toutes celles et ceux qui, chaque jour, préparent, servent et accompagnent les repas, nous avançons vers une alimentation plus saine, plus savoureuse et plus responsable.

Des repas équilibrés

Tables Communes propose des menus équilibrés, adaptés aux besoins nutritionnels des enfants, en respectant la saisonnalité, en alliant qualité, goût, et plaisir gustatif.

La cuisine de nos chefs

Nos cuisiniers préparent les plats avec des denrées brutes ou peu transformées à 75% : viande, poissons, légumes, purées, soupes, quiches, gratins, gâteaux, sauces, vinaigrette...

Des menus végétariens variés

Proposés deux fois par semaine, ils évoluent avec de nouvelles recettes testées par les enfants.

Moins d'additifs, plus de transparence

32 additifs controversés sont exclus. Plus précisément, 25 additifs conformément au Label Ecocert "En cuisine" depuis 2019, plus 7 additifs supplémentaires depuis 2022 ont été supprimés de toutes nos recettes.

Des produits de qualité

En 2025, Tables Communes a atteint :

- 53% d'alimentation durable
- 32% de Bio
- 9,5% de Bio Île-de-France
- 75% des plats élaborés par nos cuisiniers à partir de produits bruts ou peu transformés.
- 99,8% des viandes françaises



Absence de graisses et huiles hydrogénées et absence d'ingrédients OGM (Organismes Génétiquement Modifiés).

Tous les ingrédients de toutes nos recettes sont disponibles sur notre site Internet.

www.tablescommunes.fr



Découvrez en images l'assiette de votre enfant.

Scannez le QR code

Chaque jour, retrouvez sur Instagram le contenu des assiettes, publié la veille dès 18h. Restons connectés et activez vos notifications pour être informés en temps réel.



Tables Communes
Restauration Publique
Écoresponsable

Nos actions pour la santé et l'environnement

- Labelisé Ecocert en cuisine depuis 2019
- Engagé dans la démarche Mon Restau Responsable® depuis 2015
- Plan de lutte contre le gaspillage alimentaire

Manger Bio et Local, c'est idéal

Contribuer à une transition alimentaire écoresponsable est au cœur des engagements de Tables Communes qui propose une semaine Bio et local, c'est l'idéal du 21 au 25 septembre, à l'occasion de la journée européenne du bio, le mercredi 23 septembre.

Consommer des produits biologiques, locaux et de saison, c'est l'idéal :

- Manger bio, c'est choisir une alimentation de qualité qui garantit des produits sans pesticides, engrais chimiques de synthèse, ni OGM.
- Manger local, c'est réduire le nombre d'intermédiaires, diminuer les transports polluants et contribuer à la vitalité économique de nos territoires.

Moi, le bac Inox

En 2026, Tables Communes a remplacé les barquettes en plastique par des contenants réemployables en inox dans l'ensemble des restaurants scolaires. Cette évolution vise à réduire les déchets plastiques, dont l'impact sur l'environnement est majeur, mais aussi à limiter les risques sanitaires liés à leur usage, notamment en raison de la présence de perturbateurs endocriniens.

Pour accompagner ce changement et en expliquer les enjeux aux familles et aux enfants, Tables Communes a conçu une série de cinq vidéos ludiques et pédagogiques, qui permettent de comprendre les bénéfices de cette nouvelle organisation.

Retrouvez la série complète de vidéo sur notre chaîne Youtube :



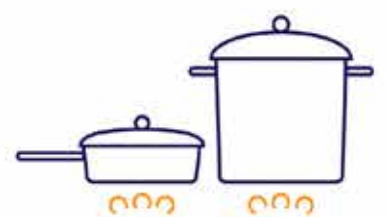
De la terre à l'assiette

Un programme éducatif toute l'année

Ateliers, jeux, visites de fermes bio... Les enfants découvrent les coulisses de leur alimentation et de ce qu'ils mangent.



Consultez les vidéos du programme sur notre chaîne Youtube



Pour tout savoir sur Tables Communes :



Consultez le livret des engagements de Tables Communes avec ce QR Code

Salut moi, c'est **inox** Bac



Tables Communes
Restauration Publique
Écoresponsable

