

Janvier 2026



Tables Communes
Restauration Publique
Écoresponsable

	lundi 5	mardi 6	mercredi 7	jeudi 8	vendredi 9	lundi 12	mardi 13	mercredi 14	jeudi 15	vendredi 16	lundi 19	mardi 20
	Menu petit chaperon rouge											
Entrée	Salade vinaigrette		Soupe de lentilles corail	Émincé de bœuf aux haricots rouges ou dhal de lentilles corail	Endives et croûtons vinaigrette		Maïs vinaigrette	Salade verte vinaigrette	Taboulé	Carottes râpées	Salade verte vinaigrette	Houmous et pain de campagne
Plat principal		Pané au fromage	Poulet rôti ou croustillants de blé		Filet de poisson sauce tomate	Omelette nature	Émincé de porc sauce moutarde ou boulgour aux petits légumes	Pépites de pois chiches sauce forestière	Sauté de bœuf sauce thaï ou pois chiches sauce tikka massala	Poisson meunière	Émincé de bœuf aux haricots rouge ou haricots rouge sauce cacahuètes	Filet de poisson sauce waterzoi
	Lasagnes de légumes	Haricots verts et flageolets	Ratatouille	Pommes de terre aux épices	Petits pois	Écrasé de patate douce	Carottes	Riz	Haricots plats	Épinards à la crème et pommes de terre	Pommes de terre	Petits pois
Fromage Laitage	Emmental	Petit suisse aromatisé	Mimolette	Fromage blanc nature	Fromage coque rouge	Camembert	Yaourt aromatisé	Fromage fondu	Cantal	Fromage blanc nature et brisures de biscuits	Petit suisse aromatisé	Gouda
Dessert	Purée de pommes	Fruit	Fruit	Fruit	Galette des rois	Fruit	Fruit	Tarte aux pommes	Fruit			Fruit

	mercredi 21	jeudi 22	vendredi 23	lundi 26	mardi 27	mercredi 28	jeudi 29	vendredi 30	lundi 2 fév.	mardi 3	mercredi 4
Entrée	Chou rouge vinaigrette	Endives vinaigrette	Carottes râpées	Soupe de légumes	Lentilles vinaigrette	Radis émincé et tartinable		Salade verte vinaigrette		Houmous et pain de campagne	Roulé au fromage
Plat principal			Émincé de dinde sauce curry ou pané au fromage	Brandade de poisson	Omelette nature	Veau marengo ou cari réunionnais	Escalope viennoise ou croustillants de blé	Légumes couscous et pois chiches	Lentilles à la tomate	Sauté de porc sauce moutarde ou egréné de pois à la moutarde	Filet de poisson sauce curry
	Œuf à la coque	Bolognaise de lentilles									
	Frites	Pâtes semi complètes et emmental râpé	Haricots verts et flageolets		Ratatouille	Riz	Écrasé de butternut	Semoule semi complète	Riz	Carottes	Chou fleur
Fromage Laitage	Carré de l'Est		Emmental	Yaourt nature	Brie		Saint Nectaire	Fromage fouetté	Mimolette	Fromage coque rouge	Yaourt aromatisé
Dessert	Purée de pommes	Fromage blanc nature	Fruit	Fruit	Fruit	Fromage blanc aromatisé	Fruit	Tarte au chocolat	Fruit	Fruit	Fruit



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

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



Février 2026



Tables Communes
Restauration Publique
Écoresponsable

	jeudi 5	vendredi 6	lundi 9	mardi 10	mercredi 11	jeudi 12	vendredi 13	lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19
	Chandeleur							Nouvel An chinois			
Entrée	Carottes râpées  *	Soupe de légumes 	Salade vinaigrette 	Lentilles vinaigrette 	Endives vinaigrette 	Salade de riz 	Carottes râpées  *	Betteraves vinaigrette 	Œuf dur mayonnaise 	Radis émincés et tartinable  et pain de campagne	Chou blanc sauce soja 
Plat principal	Émincé de bœuf  aux haricots rouges  ou haricots rouges maïs et piperade	Galette fromage béchamel	Blanquette de veau  ou blanquette de légumes 	Filet de poisson sauce dugléré 	Boulettes de bœuf  sauce tomate  ou bouchées de pois chiches 	Crique au cantal	Risotto de petits épeautres au butternut 	Écrasé de pommes de terre et colin 	Quinoa aux légumes grillés 	Émincé de dinde  sauce crème  ou égréné de pois  sauce curry 	Nems de légumes
Fromage Laitage	Emmental  *	Crêpe au chocolat	Pommes de terre 	Haricots verts 	Pâtes semi complètes  et emmental râpé	Brocolis 	Gouda	Emmental  *	Carottes	Haricots plats 	Riz  aux petits pois 
Dessert	Crème dessert vanille 		Yaoourt nature  *	Fruit  *	Fromage blanc aromatisé	Fruit	Liégeois au chocolat	Purée de pomme banane	Fruit	Semoule au lait	Pâtisserie
	vendredi 20	lundi 23	mardi 24	mercredi 25	jeudi 26	vendredi 27	lundi 2 mars	mardi 3	mercredi 4	jeudi 5	vendredi 6
Entrée	Taboulé 		Salade de pommes de terre aux olives 	Potage Esaü 	Carottes râpées  vinaigrette 	Salade verte et croûtons vinaigrette 		Soupe de légumes 	Endives vinaigrette 	Crêpe au fromage	Maïs vinaigrette 
Plat principal	Sauté de bœuf  façon bourguignon  ou picoussel	Dhal de lentilles corail 	Sauté de bœuf  au paprika  ou pois chiches concassés et chou fleur à la hongroise 	Omelette nature 	Carbonara de volaille  ou égréné de pois  sauce crème 	Filet de poisson meunière	Filet de poisson sauce aurore 	Croque fromage	Chou fleur tikka massala 	Émincé bœuf  aux pois carrés  ou cœur de blé aux petits légumes 	Poulet rôti  ou omelette nature 
Fromage Laitage	Petit suisse nature  *	Fromage blanc nature 	Haricots verts 	Ratatouille	Pâtes penne semi complètes  et emmental râpé	Chou fleur béchamel 	Pommes de terre 	Salade verte vinaigrette 	Riz 	Petits pois	Épinards à la crème 
Dessert	Fruit  *	Fruit	Fruit 	Fruit	Yaoourt nature 	Camembert 	Gâteau au coquelicot 	Brie	Petit suisse nature 	Yaoourt aromatisé 	Fruit 



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: Pomme, poire, pomélo, kiwi, orange, clémentine.

Toutes nos vinaigrette sont bio