

Sept. 2026



Tables Communes
Restauration Publique
Ecoresponsable

	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 🍴		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	Blanquette de veau 🍴🍴🍴	Boulgour 🍴	Steak haché 🍴	Lentilles à la tomate 🍴🍴	Omelette nature 🍴	Carbonara de volaille	Filet de poisson meunière	Sauté de bœuf 🍴 au paprika	Semoule complète 🍴🍴	Poulet 🍴🍴*	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		Carré de l'Est		Saint Nectaire 🍴*	Petit suisse nature 🍴*	Fromage fondu
Dessert	Fruit	Mousse au chocolat au lait 🍴	Melon	Purée de pomme banane 🍴	Fruit 🍴*	Fruit	Fruit	Purée de pomme 🍴	Fruit 🍴*	Fromage blanc nature 🍴*	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 🍴		Œuf dur mayonnaise	Carottes râpées 🍴🍴*
Plat principal	Emincé de bœuf 🍴🍴 de lentilles 🍴🍴 ou omelette nature 🍴	Tortelloni pomodoro et mozzarella 🍴 sauce tomate		Omelette nature 🍴	Boulettes de bœuf 🍴 sauce	Pané au fromage	Sauté de bœuf 🍴 au romarin 🍴 ou dhal de lentilles corail 🍴	Poulet 🍴🍴*	Emincé de bœuf 🍴 aux haricots rouges 🍴	Quiche au fromage 🍴	Tajine de pois chiches 🍴
	Carottes 🍴 et pommes de terre 🍴🍴		Ecrasé de pommes de terre au colin 🍴	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 🍴🍴		Omelette nature 🍴		Sauté de bœuf 🍴 au romarin 🍴	Sauté de porc 🍴 à la moutarde ou riz 🍴 aux petits légumes	Emincé de bœuf 🍴 aux haricots rouge 🍴 ou omelette nature 🍴	Gratin de pâtes 🍴	Filet de poisson sauce aurore	Nuggets de blé
	Haricots verts 🍴	Riz 🍴🍴	Ecrasé de pommes de terre au colin 🍴	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 🍴	Escalope viennoise	Ravioli au fromage 🍴 sauce tomate	Riz 🍴 et pois chiches concassés 🍴	Ecrasé de pommes de terre au colin 🍴	Poulet 🍴🍴*	Bolognaise de bœuf 🍴	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'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

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

