

# Octobre 2025



**Tables Communes**  
Restauration Publique  
Écoresponsable



	lundi 6	mardi 7	mercredi 8	jeudi 9	vendredi 10	lundi 13	mardi 14	mercredi 15	jeudi 16	vendredi 17
	<b>Le grand repas</b>									
<b>Entrée</b>	Sauté de bœuf au romarin ou dhal de lentilles	Salade verte et croûtons vinaigrette	Taboulé	Céleri rémoulade au fromage blanc et cerneaux de noix	Poulet pané au fromage	Œuf dur mayonnaise	Salade verte vinaigrette	Crêpe au fromage	Chou blanc sauce soja	Salade de maïs
<b>Plat principal</b>		Filet de poisson sauce dugléré ou Quinoa et boulgour aux légumes	Omelette nature	Risotto de petit épeautre aux champignons et châtaignes		Lentilles à la tomate	Emincé de bœuf aux pois carrés ou égrené de pois sauce aigre douce	Filet de poisson sauce orientale ou Bouchée de pois chiches	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
<b>Fromage Laitage</b>	Fromage blanc aromatisé	Gouda	Fromage fouetté	Yaourt nature	Camembert	Petit suisse nature aromatisé	Comté	Mimolette	Fromage blanc nature	Brie
<b>Dessert</b>	Fruit	Purée de pommes bananes	Fruit	Gâteau à la mirabelle	Fruit	Fruit	Semoule au lait	Fruit	Fruit	Fruit

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

Produit issu de l'Agriculture Biologique

Indication Géographique Protégée

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

\* Aide de l'Union Européenne à destination des écoles

Pain à tous les repas

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

Appellation d'Origine Protégée

Œuf ou viande de France

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

Commerce équitable

Label Rouge