



Menu de la semaine • Mairie de Rouen •



Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés

Menu mis à jour le : 22/10/2026

- 1 Agriculture biologique
- 2 Produits de la région
- 3 Viande française

- 4 Label Rouge
- 5 Bleu Blanc Cœur
- 6 Pêche durable

- Menu végétarien Sans viande
- Peut contenir des traces de fruits à coque
- Menu en centre de loisirs



	Lundi 2 novembre	Mardi 3 novembre	Mercredi 4 novembre	Jeudi 5 novembre	Vendredi 6 novembre
entrée	– céleri 1 à la mayonnaise et fromage blanc	– velouté de brocolis 1 à la vache qui rit	– salade iceberg maïs et croûtons 1 vinaigrette 1	– betteraves rouges 1 vinaigrette 1	– carottes râpées 1 vinaigrette 1
plat	– colin meunière – purée 2 de butternut 1	– carré de seitan 1 sauce tartare maison – méli-mélo gourmand	– sauté de veau 2 aux épices – sv cake à l'orientale (pois chiches, poivrons, emmental, parmesan) – ratatouille et polenta	– raviolis aux légumes	– rôti de porc 5 sauce provençale – sv omelette nature 1 sauce provençale – pépinettes 1
laitage	– comté AOP	– petit saint-paulin	– camembert 1	– vache qui rit	– bonne Cauchoise 2 de la Ferme Dumesnil
dessert	– poire guyot 1	– raisin blanc 1	– entremet 1 vanille nappé de caramel	– fruit 1	– purée de pomme banane fraise
goûter	– purée de pomme ananas, baguette 4 pâte à tartiner maison 1	– lait équitable, far breton 1	– jus de pommes 1 vache qui rit, baguette 4	– banane 1 fromage blanc nature 1 sucre	– pomme 2 crêpe 1 au sucre 1

Les plats proposés dans les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants: œuf, fruits à coque, lupin, lait (y compris lactose), mollusques, crustacés, poisson, sulfites, arachides, soja, céréales contenant du gluten, sésame, céleri et moutarde.



Menu de la semaine • Mairie de Rouen •



Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés

Menu mis à jour le : 22/10/2026

- 1 Agriculture biologique
- 2 Produits de la région
- 3 Viande française

- 4 Label Rouge
- 5 Bleu Blanc Cœur
- 6 Pêche durable

- Menu végétarien Sans viande
- Peut contenir des traces de fruits à coque
- Menu en centre de loisirs



entrée

plat

laitage

dessert

goûter

	Lundi 9 novembre	Mardi 10 novembre	Mercredi 11 novembre	Jeudi 12 novembre	Vendredi 13 novembre
entrée	– salade composée au chou blanc 1 (chou blanc, carottes, emmental, raisins secs)	– potage crécy 1 (pommes de terre, carottes)		– betteraves 1 vinaigrette 2	– riz niçois 1 au thon (riz, thon, haricots verts, maïs, tomates)
plat	– bolognaise de boeuf 2 – bolognaise végétarienne aux lentilles corail (lentilles corail, carottes, oignons, poivrons, ail, tomates) – spaghettis 1	– colombo de poisson 6 – céréales à l'indienne		– omelette nature 1 et ketchup maison – coquillettes 1	– escalope de dinde 4 sauce normande 2 – plat sans viande – gratin de butternut 1 et pommes de terre 2
laitage	– coulommiers 1	– le bô-érou 1 Ferme de la Quesne		– vache qui rit	– fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers
dessert	– yaourt 1 à la vanille	– fruit		– fruit	– fruit
goûter	– lait équitable, baguette 4 beurre, confiture d'abricots	– jus d'oranges 1 pomme 2 yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers		– fromage frais fruité 1 quatre-quarts 1	– purée de pomme mirabelle, baguette 4 beurre, confiture de framboises

Les plats proposés dans les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants: œuf, fruits à coque, lupin, lait (y compris lactose), mollusques, crustacés, poisson, sulfites, arachides, soja, céréales contenant du gluten, sésame, céleri et moutarde.



Menu de la semaine • Mairie de Rouen •



Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés

Menu mis à jour le : 22/10/2026

- 1 Agriculture biologique
- 2 Produits de la région
- 3 Viande française

- 4 Label Rouge
- 5 Bleu Blanc Cœur
- 6 Pêche durable

- Menu végétarien Sans viande
- Peut contenir des traces de fruits à coque
- Menu en centre de loisirs



	Lundi 16 novembre	Mardi 17 novembre	Mercredi 18 novembre	Jeudi 19 novembre	Vendredi 20 novembre
entrée	– carottes râpées 1 vinaigrette 1	– soupe de lentilles corail 2 (lentilles corail, carottes, lait de coco, oignons, épices)	– taboulé 1 d'hiver (semoule, chou-fleur, petits pois, menthe, oignons, citron, huile d'olive)	– salade iceberg emmental et croûtons 1 vinaigrette 1	– céleri 1 à la mayonnaise et fromage blanc
plat	– chipolata 4 sauce tomate – sv saucisse végétale sauce tomate – semoule 1	– filet de poisson rôti 6 aux petits légumes 1 crévés – petits-pois	– poulet 4 sauce chasseur – sv picoussel (galette aux blettes) sauce chasseur – carottes 2 à la crème 2 et pomme de terre 2	– parmentier 2 de légumes 1 et lentilles (lentilles cuisinées, purée de carottes et céleri, chapelure, emmental)	– sauté de bœuf 1 sauce aux oignons caramélisés – sv filet de poisson 6 aux oignons caramélisés – haricots verts 1 et méli-mélo gourmand
laitage	– cantal AOP	– yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers	– camembert 2	– pont l'évêque AOP 2	– fondant du Pays de Caux 2 Ferme Dumesnil
dessert	– fromage frais fruité 1	– fruit 1	– fruit 1	– crème dessert maison au chocolat	– fruit 1
goûter	– purée pomme fraise 1 crêpe 1 au sucre 1	– lait équitable, gâteau 1 à la noix de coco	– purée de pomme coing, baguette 4 beurre, confiture de myrtilles	– jus d'oranges 1 pomme 2 fromage blanc nature 1 sucre	– fromage frais fruité 1 baguette 4 pâte à tartiner maison 1

Les plats proposés dans les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants: œuf, fruits à coque, lupin, lait (y compris lactose), mollusques, crustacés, poisson, sulfites, arachides, soja, céréales contenant du gluten, sésame, céleri et moutarde.



Menu de la semaine • Mairie de Rouen •



Des produits locaux pour des repas sains et équilibrés



Menu mis à jour le : 22/10/2026

- 1 Agriculture biologique
- 2 Produits de la région
- 3 Viande française

- 4 Label Rouge
- 5 Bleu Blanc Cœur
- 6 Pêche durable

- Menu végétarien Sans viande
- Peut contenir des traces de fruits à coque
- Menu en centre de loisirs



	Lundi 23 novembre	Mardi 24 novembre	Mercredi 25 novembre	Jeudi 26 novembre	Vendredi 27 novembre
entrée	– salade iceberg et emmental vinaigrette 1	– salade indienne 2 vinaigrette 1 (chou blanc, poivrons, raisins secs, pomme)	– soupe de potimarron 2	– carottes râpées 1 vinaigrette 1	– velouté 2 Dubarry 1
plat	– brandade de butternut 2 et poisson	– sauté de porc 1 sauce au curry – sv curry de pois chiches aux légumes (pois chiches, petits pois, céleri, poivrons, oignons) – pépinettes 1	– émincé de dinde 4 sauce tomate – sv filet de poisson 6 sauce tomate – chou romanesco 1 et semoule 1	– rôti de boeuf 1 – sv omelette 1 nature – frites au four et ketchup maison	– lentilles à la dijonnaise – céréales gourmandes 1
laitage	– brie 1	– saint-nectaire AOP	– fromage blanc sucré 2 Ferme des Peupliers	– emmental 1	– saint-bray 1 Ferme de La Quesne
dessert	– yaourt aromatisé	– crème aux oeufs 1 au lait de coco	– fruit	– tarte amandine 1 aux poires	– fruit
goûter	– lait 1 quatre-quarts 1 au chocolat	– jus de pommes 1 – chanteneige 1 baguette 4	– purée de pomme poire 1 – gâteau 1 au yaourt 1	– banane 1 yaourt nature sucré 2 Ferme des Peupliers	– lait 1 baguette 4 beurre, confiture de fraises

Les plats proposés dans les menus sont susceptibles de contenir les allergènes suivants: œuf, fruits à coque, lupin, lait (y compris lactose), mollusques, crustacés, poisson, sulfites, arachides, soja, céréales contenant du gluten, sésame, céleri et moutarde.