

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	Boullgour	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
Fromage Laitage	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
Dessert	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
	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 croustons 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	Ecrasé de pommes de terre au colin	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
Fromage Laitage	Carottes et pommes de terre		Epinars	Pâtes	Courgettes en persillade	Petits pois	Ratatouille	Pommes de terre et épices	Salade verte vinaigrette et croustons	Semoule complète	
Dessert	Yaourt aromatisé à la banane	Camembert	Yaourt nature	Emmental	Petit suisse aromatisé	Brie	Fromage fondu	Petit suisse nature	Camembert	Fromage blanc aromatisé	Mimolette
		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	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
Fromage Laitage	Haricots verts	Riz	Petits pois	Brie		Haricots verts et pommes de terre	Carottes	Pommes de terre et épices	Mélange de légumes	Haricots beurre	Potatoes et ketchup
Dessert	Fromage fouetté	Yaourt nature	Mimolette	Purée de pomme banane	Fruit	Comté	Emmental	Carré de l'Est	Yaourt aromatisé	Petit suisse nature	Fromage fondu
	Tarte aux pommes	Fruit				Fruit	Fruit	Fruit		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 croustons
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
Fromage Laitage	Riz	Petits pois	Semoule complète	Brocolis		Ratatouille		Haricots verts	Pâtes et emmental râpé	Epinars et pommes de terre
Dessert	Fromage blanc aromatisé	Mimolette	Petit suisse nature	Fromage coque rouge	Emmental râpé	Petit suisse nature	Camembert	Gouda	Fromage blanc aromatisé	Fromage fondu
	Fruit	Fruit		Quatre-Quarts	Purée de pomme cerise	Fruit	Purée de pomme	Fruit	Gâteau au citron	



Produit issu de l'Agriculture Biologique



Indication Géographique Protégée



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



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