














MENUS Ecoles La Rochette



SEMAINE 02 - DU 8 AU 12 JANVIER 2024

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Œuf dur mayonnaise	Tarte au fromage	Carottes râpées	 GALETTE DES ROIS	Œuf dur mayonnaise 
Cordon bleu	Omelette 	Boulettes de bœuf à l'orientale 		Filet de colin meunière 
Haricots verts	Courgettes et pommes de terre	Semoule		Petits pois
Kiri 	Yaourt aromatisé 	Fromage blanc nature 		Petit suisse aux fruits 
Mousse au chocolat	Fruit de saison	Compote de pommes 		Fruit de saison
S/V : Poisson pané		S/V : Boulettes de sarrasin		

 Plat Fait Maison	 Produit Issue de l'Agriculture Biologique
 Label Rouge	 MSC Pêche Durable
 Viande Bovine Française	 Haute Valeur Environnementale
 Produits Locaux	 Appellation d'Origine Protégée
 Plat Végétarien	

INFORMATIONS:

S/P: Sans Porc S/V : Sans Viande

- L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises et sauces d'accompagnement sont faites maison
- * Plat contenant du porc



SEMAINE 03 - DU 15 AU 19 JANVIER 2024

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Accras de poisson	Chou blanc aux raisins secs	Endives aux poires	Betteraves mimosa	Crêpe au fromage
Rissolette de veau	Rôti de porc au thym*	Paupiette de dinde sauce fromagère	Chili végétarien (PC)	Filet de merlu citronné
Carottes au jus	Pommes de terre en quartiers	Ebly aux petits légumes	Tartare nature	Trio de légumes
Yaourt aux fruits mixés	Emmental	Yaourt sucré	Fruit de saison	Fromage frais aromatisé
Compote de pommes	Fruit de saison	Far breton aux pommes		Quatre-quarts
S/V : Pané fromagé	S/P : Rôti de dinde S/V : Poisson en sauce	S/V : Omelette au fromage		

Plat Fait Maison	Produit Issue de l'Agriculture Biologique
Label Rouge	MSC Pêche Durable
Viande Bovine Française	Haute Valeur Environnementale
Produits Locaux	Appellation d'Origine Protégée
Plat Végétarien	

INFORMATIONS:

Chili végétarien: Egréné de blé, tomates, poivrons, haricots rouges, riz










S/P : Sans Porc S/V : Sans Viande









- L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises et sauces d'accompagnement sont faites maison

- * Plat contenant du porc



SEMAINE 04 - DU 22 AU 26 JANVIER 2024

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Pomelos en quartiers	Carottes râpées	Salade landaise	Salade de pâtes	Salade verte
Saucisses de Strasbourg*	Filet de lieu sauce citron vert 	Rôti de lapin aux herbes	Colombo de veau (PC) 	Lasagnes végétarienne (PC)
Riz	Epinards à la crème	Petits pois carottes		
Vache qui rit 	Brie 	Samos	Carré de l'Est	Buchette
Crème dessert vanille	Fruit de saison 	Gâteau fromage blanc et fleur d'oranger 	Fruit de saison 	Compote de pommes fraises 
S/P : Rôti de dindonneau S/V : Pané de blé tomates mozzarella		S/V : Poisson meunière	S/V : Colombo de poisson	

 Plat Fait Maison	 Produit Issu de l'Agriculture Biologique
 Label Rouge	 MSC Pêche Durable
 Viande Bovine Française	 Haute Valeur Environnementale
 Produits Locaux	 Appellation d'Origine Protégée
 Plat Végétarien	

INFORMATIONS :

Salade Landaise: salade verte, pdt, gésiers, tomates, maïs
Colombo de veau: Courgettes, pdt, tomates, sauce curry.











S/P: Sans Porc S/V : Sans Viande

- L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises et sauces d'accompagnement sont faites maison

- * Plat contenant du porc



SEMAINE 05 - DU 29 au 2 FEVRIER 2024

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Saucisson sec*	Concombre à la crème 	Pâté de campagne*	Salade coleslaw  	Crêpe jambon fromage*
Petit salé aux lentilles* (pc)	Mitonné de bœuf aux oignons 	Boulettes d'agneau aux herbes	Couscous	Boulettes de bœuf aux oignons
	Chou-fleur et brocolis	Trio de légumes 	Boulettes végétal (PC) 	Haricots verts
Petit suisse sucré	Fromage ovale	Faisselle 	Samos	Crêpe au chocolat
Fruit de saison	Compote de pommes 	Gâteau basque	Ile Flottante	
S/P : Terrine de poisson / Rôti dinde aux lentilles S/V : Terrine de poisson / Poisson meunière	S/V : Battonnets de mozzarella	S/P : Pâté de volaille S/V : Sardine beurre / Poisson en sauce		S/P : Crêpe au fromage S/V : Crêpe au fromage / Poisson meunière

 Plat Fait Maison	 Produit Issue de l'Agriculture Biologique
 Label Rouge	 MSC Pêche Durable
 Viande Bovine Française	 Haute Valeur Environnementale
 Produits Locaux	 Appellation d'Origine Protégée
 Plat Végétarien	

INFORMATIONS:

Couscous végétal: boulettes de sarrasin, semoule, légumes couscous
Trio de légumes: carottes, brocolis, chou-fleur

S/P: Sans Porc S/V : Sans Viande

- L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises et sauces d'accompagnement sont faites maison


- * Plat contenant du porc



MENUS Ecoles La Rochette



SEMAINE 06 - DU 05 AU 09 FEVRIER 2024

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
Endives  vinaigrette au miel	Tomates et maïs	Pizza au fromage	Salade verte 	 Nems au poulet
Sauté de volaille aux olives	Rôti de veau au thym	Oeufs durs 	Hachis parmentier (PC)  	Grignotines de porc sauce asiatique*
Semoule	Cocos mijotés	Gratin d'épinards	Vache qui rit 	Riz cantonais
Yaourt aromatisé 	Edam	Petit suisse aux fruits	Fruit de saison	Tarte au chocolat et à la noix de coco
Fruit de saison	Fruit de saison 	Gâteau au chocolat 	S/V : Parmentier de poisson	S/P : Sauté de poulet sauce asiatique S/V : Nems aux légumes / Poisson sauce asiatique
S/V : Omelette	S/V : Poisson pané			










 Plat Fait Maison	 Produit Issue de l'Agriculture Biologique
 Label Rouge	 MSC Pêche Durable
 Viande Bovine Française	 Haute Valeur Environnementale
 Produits Locaux	 Appellation d'Origine Protégée
 Plat Végétarien	







INFORMATIONS:

- S/P: Sans Porc S/V : Sans Viande
- L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises et sauces d'accompagnement sont faites maison
- * Plat contenant du porc



SEMAINE 07 - DU 12 AU 16 FEVRIER 2024 - (VACANCES IDF - ECOLE OISE)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Œuf dur mayonnaise	 <p>Le menu vous sera communiqué ultérieurement</p>	Carottes râpées 	Salade d'avocats	Feuilleté hot dog*
Sauté de porc à la moutarde*		Chipolatas* 	Tortilla au fromage	Pavé de merlu au citron vert 
Beignets de brocolis		Lentilles vertes 	Salade verte et tomates	Epinards à la crème 
Yaourt aromatisé 		Boursin	Gâteau au chocolat	Buchette
Fruit de saison 		Fruit de saison		Cookies vanille pépites chocolat
S/V : Pané de blé tomates mozzarella		S/P : Saucisse de volaille S/V : Poisson en sauce		S/P : Friand au fromage S/V : Friand au fromage

 Plat Fait Maison	 Produit Issue de l'Agriculture Biologique
 Label Rouge	 MSC Pêche Durable
 Viande Bovine Française	 Haute Valeur Environnementale
 Produits Locaux	 Appellation d'Origine Protégée
 Plat Végétarien	

INFORMATIONS:

S/P Sans Porc S/V : Sans Viande

- L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises et sauces d'accompagnement sont faites maison

- * Plat contenant du porc



SEMAINE 08 - DU 19 AU 23 FEVRIER 2024 -(VACANCES IDF - ECOLE OISE)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Taboulé	Œuf dur mayonnaise	Pomelos	Terrine de légumes mayonnaise	Macédoine à la russe
Bœuf mironton	Boulettes végétarienne	Rôti de dinde à la cocotte	Boulettes d'agneau à la tomate	Lieu frais saveurs provençales (Pêche française)
Poêlée de légumes	Haricots verts persillés	Pommes noisettes	Boulghour	Ratatouille et pommes de terre
Carré frais	Yaourt sucré	Fourme d' Ambert	Petit suisse aux fruits	Cheddar
Fruit de saison	Madeleine	Fruit de saison	Brownies	Fruit de saison
S/V : Poisson pané		S/V : Pané fromagé	S/V : Falafel en sauce	



INFORMATIONS:

Macédoine à la russe: macédoine de légumes, thon, oeuf dur, mayonnaise











S/P : Sans Porc S/V : Sans Viande






- L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises et sauces d'accompagnement sont faites maison

- * Plat contenant du porc



SEMAINE 09 - DU 26 FEVRIER AU 1 MARS 2024 - (ECOLE IDF - VACANCES OISE)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Salade de patés	Salade verte 	Flammekueche gratinée*	Radis beurre 	Tomate vinaigrette
Paupiette de veau à la tomate	Raviolini ricotta épinards (PC)	Emmincé de poulet au gingembre	Tajine de poisson pdt et olives (PC)  	Boulettes de bœuf mironton  
Haricots beurre	Yaourt sucré	Jeunes carottes confites	Tartare ail et fines herbes	Ebly aux légumes
Yaourt aux fruits mixés 	Muffin au chocolat 	Saint-Nectaire 	Fruit de saison	Kiri
Fruit de saison		Quatre-quarts aux pralines roses 		Compote de pommes
S/V : Poisson gratiné au fromage		S/P : Tarte au fromage S/V : Tarte au fromage / Marmite de poisson		S/V : Croustillant au fromage

 Plat Fait Maison	 Produit Issue de l'Agriculture Biologique
 Label Rouge	 MSC Pêche Durable
 Viande Bovine Française	 Haute Valeur Environnementale
 Produits Locaux	 Appellation d'Origine Protégée
 Plat Végétarien	

INFORMATIONS:

S/P: Sans Porc S/V : Sans Viande

- L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises et sauces d'accompagnement sont faites maison

- * Plat contenant du porc

- En souligné: Les préconisations conformes au plan alimentaire



MENUS Ecoles La Rochette



SEMAINE 10 - DU 04 AU 08 MARS 2024 - (ECOLES IDF - VACANCES OISE)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Salade parisienne	Salade coleslaw	Salade de cœur d'artichauts	Tomates vinaigrette	Concombre au yaourt
Blanc de poulet au velouté de tomate	Cheeseburger	Bœuf aux olives	Poisson meunière	Coustillants au fromage
Gratin de potiron	Frites	Semoule	Riz	Lentilles
Camembert	Donuts	Bleu	Petit suisse aux fruits	Banane
Fruits au sirop		Mousse au chocolat	Fruit de saison	
S/V : Salade pommes de terre / Pané de blé fromage épinards	S/V : Fish burger	S/V : Falafel en sauce		

Plat Fait Maison	Produit Issue de l'Agriculture Biologique
Label Rouge	MSC Pêche Durable
Viande Bovine Française	Haute Valeur Environnementale
Produits Locaux	Appellation d'Origine Protégée
Plat Végétarien	

INFORMATIONS:

Salade parisienne: pdt, tomates, maïs, jambon de dinde

S/P : Sans Porc S/V : Sans Viande

- L'ensemble des vinaigrettes, mayonnaises et sauces d'accompagnement sont faites maison

- * Plat contenant du porc