

# Mars

Pour des raisons indépendantes de notre volonté, des changements peuvent intervenir dans la composition des menus



	Lundi 2	Mardi 3	Mercredi 4	Jeudi 5	Vendredi 6	Lundi 9	Mardi 10	Mercredi 11	Jeudi 12	Vendredi 13	Lundi 16
<b>Hors d'œuvre</b>	Betteraves vinaigrette	Salade de haricots rouges et maïs <b>ou</b> salade de pomme de terre à l'échalote	Concombres à la crème ciboulette <b>ou</b> carottes râpées vinaigrette	<b>Menu montagnard</b> Jambon de pays et cornichon <b>ou</b> œuf dur mayonnaise	Potage de légumes	Sauté de veau sauce moutarde à l'ancienne <b>ou</b> légumes couscous d'antan	Radis beurre <b>ou</b> salade Arlequin	Salade rizzoni <b>ou</b> salade de riz niçoise	Œuf mayonnaise <b>ou</b> œuf dur	Carottes râpées  vinaigrette	Saucisson sec <b>ou</b> sardine à la tomate
<b>Plat principal et garniture</b>	Filet de colin sauce provençale <b>ou</b> aiguillettes à l'emmental Pommes vapeur	Omelette au fromage <b>ou</b> omelette nature Ratatouille <b>ou</b> carottes	Paupiette de veau sauce tomate <b>ou</b> bouchées soja tomate basilic Haricots verts <b>ou</b> épinards à la crème	Aligot Iceberg vinaigrette	Lasagnes bolognaise <b>ou</b> lasagnes aux légumes	Haricots blancs <b>ou</b> semoule	Poulet rôti  au paprika <b>ou</b> omelette nature Cordiale de légumes <b>ou</b> purée de courgettes	Colin sauce dieppoise <b>ou</b> pavé de lentilles corail Chou fleur <b>ou</b> haricots plats d'Espagne	Curry de légumes <b>ou</b> pavé de soja à la provençale Boulgour	Rôti de porc sauce au miel <b>ou</b> émincé de blé sauce provençale <b>ou</b> coquillettes	Ragoût d'agneau <b>ou</b> croustillants de pois chiches  Haricots beurrés persillés <b>ou</b> duo de carottes
<b>Fromage Laitage</b>	Camembert <b>ou</b> tome des Pyrénées	Petits-suisses natures <b>ou</b> fromage blanc nature	Bûche mi-chèvre <b>ou</b> saint paulin		Fromage frais nature <b>ou</b> fromage au poivre	Tome des Pyrénées <b>ou</b> cantal	Petits-suisses natures <b>ou</b> yaourt nature	Emmental <b>ou</b> gouda	Fromage frais <b>ou</b> fromage fondu	Fromage blanc	Camembert <b>ou</b> saint-nectaire
<b>Dessert</b>	Fruit *	Fruit *	Riz au lait <b>ou</b> semoule au lait	Tarte aux myrtilles	Fruit *	Fruit *	Fruit *	Fruit *	Salade de fruit frais		Fruit *
<b>Goûter *</b>	Pain - beurre - lait nature	Pain - gelée de groseille - jus de raisin	Pain - fromage frais - fruit *	Pain au lait - barre chocolat - fruit *	Barre de céréales - fromage blanc - compote pomme	Pain - beurre - jus d'orange	Croissant - lait nature - compote pomme fraise	Pain - jus multivitamins - barre chocolat	Madeleines - petit-suisse - fruit *	Pain - beurre - fruit * - yaourt nature	Petits-beurres  - fromage blanc - compote pomme banane
	<b>Mardi 17</b>	<b>Mercredi 18</b> <b>Menu breton</b>	<b>Jeudi 19</b>	<b>Vendredi 20</b>	<b>Lundi 23</b>	<b>Mardi 24</b>	<b>Mercredi 25</b>	<b>Jeudi 26</b>	<b>Vendredi 27</b>	<b>Lundi 30</b>	<b>Mardi 31</b>
<b>Hors d'œuvre</b>	Salade iceberg vinaigrette	Potage de légumes	Salade coleslaw <b>ou</b> concombre sauce crème curry	Salade mexicaine <b>ou</b> duo carottes pois chiches vinaigrette cumin coriandre	Pomélo au sucre <b>ou</b> concombre vinaigrette	Courgettes râpées sauce vinaigrette <b>ou</b> salade verte vinaigrette	Carottes râpées <b>ou</b> chou blanc	Taboulé à l'orientale <b>ou</b> salade parmentière	Mâche vinaigrette à l'huile d'olive <b>ou</b> endives vinaigrette à l'huile de noix	Filet de colin sauce basilic <b>ou</b> égrainé végétal aux haricots rouges	Concombres vinaigrette <b>ou</b> pomélo
<b>Plat principal et garniture</b>	Écrasé de pomme de terre au colin <b>ou</b> gratin aux céréales	Galette bretonne complète <b>ou</b> galette bretonne au fromage	Sauté de veau sauce Marengo <b>ou</b> blanquette de blé Gnocchis	Quenelles de brochet sauce Nantua <b>ou</b> omelette au fromage Poêlée de légumes	Hachis parmentier de bœuf <b>ou</b> raviolis aux légumes  sauce tomate	Poulet rôti  émincé de blé sauce waterzoi Frites	Merguez <b>ou</b> omelette aux pommes de terre Poêlée tajine	Poisson frais sauce citron <b>ou</b> riz  doré aux amandes Trio de chou <b>ou</b> julienne de légumes	Lentilles  à la tomate <b>ou</b> haché de soja à la provençale Macaronis	Pommes vapeur <b>ou</b> riz	Sauté de dinde basquaise et printanière de légumes <b>ou</b> cœurs de blé aux petits légumes
<b>Fromage Laitage</b>	Petits-suisses natures <b>ou</b> fromage blanc nature	Yaourt	Fromage à tartiner au chèvre <b>ou</b> fromage à tartiner demi-sel	Édam <b>ou</b> mimolette	Yaourt nature <b>ou</b> fromage blanc	Yaourt aromatisé aux fruits	Mimolette <b>ou</b> saint paulin	Emmental <b>ou</b> camembert	Fromage blanc	Comté <b>ou</b> emmental	Crème dessert à la vanille <b>ou</b> liégeois chocolat
<b>Dessert</b>	Salade de fruits frais	Kouign-amann	Crème au chocolat	Fruit *	Fruit *	Fruit *	Riz au lait <b>ou</b> semoule au lait	Fruit *		Fruit *	
<b>Goûter *</b>	Pain - emmental - purée de pomme	Pain - barre chocolat - jus d'orange	Pain au lait - fruit * - yaourt nature	Cookie  chocolat - lait nature - compote poire	Pain - barre chocolat noir - fruit *	Pain - confiture de fraises - lait nature	Biscuit moelleux - fromage blanc - fruit *	Pain - beurre - jus d'orange	Pain au chocolat - yaourt nature - fruit *	Petits beurres  - lait nature - compote pomme banane	Pain - confiture de fraise - fruit *

\* Les goûters proposés dans les menus ne concernent pas : les écoles élémentaires de Bobigny, les écoles de Fosses, et les écoles de Tremblay-en-France ; se renseigner auprès de la municipalité.



: produit issu de l'agriculture biologique



: produit label rouge



: produit d'appellation d'origine protégée



: production agricole francilienne ou provenant d'un rayon de moins de 300km

En vert : Aide UE à destination des écoles pour les produits laitiers bio.

Le deuxième choix concerne les restaurants fonctionnant en self des écoles élémentaires des villes de **Bobigny, Compans, Fosses, Ivry-sur-Seine, La Courneuve, La Queue-en-Brie, Romainville, Tremblay-en-France** et **Villetaneuse**.

**Salade Arlequin** : tomate fraîche, concombre, maïs, haricots mungo, vinaigrette.

**Salade coleslaw** : carottes, chou blanc, mayonnaise, crème fraîche.

**Salade de haricots rouges et maïs** : haricots rouges, maïs, vinaigrette.

**Salade de pomme de terre à l'échalote** : pomme de terre, échalote, vinaigrette.

**Salade de riz niçoise** : riz, thon, tomate, poivron vert, olives noires.

**Salade mexicaine** : pomme de terre, haricots rouges, tomate, maïs, poivron vert, vinaigrette.

**Salade parmentière** : pomme de terre, olives noires, vinaigrette.

**Salade rizzoni** : pâtes, basilic, tomate.

**Taboulé à l'orientale** : semoule, tomate, poivrons, pois chiches, huile d'olive, menthe.

Pain bio à tous les repas et aux goûters pour les villes de : **Bobigny, Compans, Fosses, Ivry-sur-Seine, La Courneuve, La Queue-en-Brie et Romainville**.

	Mercredi 1 <sup>er</sup>	Jeudi 2	Vendredi 3 Menu Soleil levant	Lundi 6	Mardi 7	Mercredi 8	Jeudi 9	Vendredi 10 Chasse aux œufs	Lundi 13	Mardi 14	Mercredi 15
<b>Hors d'œuvre</b>	Salade de mâche	Salade coleslaw <b>ou</b> macédoine mayonnaise	Salade asiatique	Filet de lieu jaune sauce citron <b>ou</b> pavé végétal tomates Riz <b>AB</b> aux petits légumes	Courgettes râpées vinaigrette <b>ou</b> cœurs de laitue vinaigrette	Salade des champs <b>ou</b> macédoine mayonnaise	Betteraves <b>AB</b> vinaigrette balsamique	Chou blanc râpé <b>AB</b> <b>ou</b> carottes râpées <b>AB</b> vinaigrette	Lundi 13	Lieu jaune sauce crème citron <b>ou</b> omelette au fromage	Salade iceberg sauce caesar <b>ou</b> salade coleslaw
<b>Plat principal et garniture</b>	Gratin de chou-fleur à la polonaise	Échine de porc demi-sel <b>ou</b> rouleau végétal Lentilles <b>AB</b>	Sauté de bœuf façon wok <b>ou</b> poêlée asiatique Riz <b>AB</b> cantonnais <b>ou</b> nouilles chinoise		Couscous au légumes d'antan Semoule	Sauté d'agneau <b>ou</b> émincé de blé indienne Petits pois <b>ou</b> brocolis <b>AB</b>	Pot au feu <b>ou</b> pavé aux pois chiches <b>AB</b> Légumes du pot (pomme de terre, carotte, poireaux)	Colin sauce moutarde <b>ou</b> curry de légumes aux amandes Céréales gourmandes <b>AB</b>		Haricots plats d'Espagne <b>ou</b> ratatouille <b>AB</b>	Croustillants de blé <b>ou</b> aiguillettes panée au fromage Duo de carottes <b>ou</b> haricots verts <b>AB</b>
<b>Fromage Laitage</b>	Yaourt aromatisé <b>AB</b> <b>ou</b> fromage blanc aux fruits <b>AB</b>	Saint-nectaire <b>ou</b> fourme d'Ambert	Fromage coque au chèvre	Fromage blanc <b>AB</b> aux fruits <b>ou</b> petits-suisseaux aux fruits <b>AB</b>	Coque rouge <b>ou</b> coque jaune	Tome noire des Pyrénées <b>ou</b> cantal	Emmenthal <b>AB</b> <b>ou</b> camembert <b>AB</b>	Yaourt nature <b>AB</b> <b>ou</b> fromage blanc nature <b>AB</b>		Cantal <b>ou</b> saint-nectaire	Fromage frais à tartiner <b>ou</b> fromage aux fines herbes
<b>Dessert</b>	Fruit <b>AB</b>	Purée ambricots <b>ou</b> purée pomme fraise	Salade de fruits exotiques	Fruit <b>AB</b>	Moelleux au chocolat <b>ou</b> éclair au chocolat	Fruit <b>AB</b>	Purée pomme cassis <b>ou</b> purée pomme abricot	Salade de fruits frais et la surprise du lapin		Fruit <b>AB</b>	Crêpe au chocolat
<b>Goûter*</b>	Pain - barre chocolat - jus d'orange	Pain au lait - fruit - yaourt nature	Pain - beurre - fruit <b>AB</b>	Pain - barre chocolat - jus de raisin	Pain - miel - fruit <b>AB</b>	Petits-beurre <b>AB</b> - jus d'orange - compote pomme banane	Pain - confiture d'abricots - fruit <b>AB</b>	Cookie <b>AB</b> chocolat - lait nature - fruit <b>AB</b>		Madeleine <b>AB</b> - fruit - yaourt nature	Pain - beurre - compote pomme banane

\* Les goûters proposés dans les menus ne concernent pas : les écoles élémentaires de **Bobigny**, les écoles de **Fosses**, et les écoles de **Tremblay-en-France** ; se renseigner auprès de la municipalité.

	Jeudi 16	Vendredi 17	Lundi 20	Mardi 21	Mercredi 22	Jeudi 23 Menu italien	Vendredi 24	Lundi 27	Mardi 28	Mercredi 29	Jeudi 30
<b>Hors d'œuvre</b>	Émincé de radis sauce crème ciboulette <b>ou</b> carottes râpées vinaigrette	Potage <b>AB</b>	Betteraves vinaigrette	Roulé au fromage	Salade Waldorf <b>ou</b> courgettes râpées vinaigrette	Duo de concombre à la fêta	Cœurs de laitue vinaigrette	Betteraves <b>AB</b> vinaigrette <b>ou</b> haricots verts vinaigrette	Œufs durs mayonnaise	Dips de carottes sauce au yaourt <b>ou</b> dips de concombres sauce curry	Salade de pomme de terre <b>AB</b> au thon <b>ou</b> salade de pomme de terre <b>AB</b> au olives
<b>Plat principal et garniture</b>	Sauté de veau aux épices <b>ou</b> tajine de blé aux abricots secs Céréales gourmandes <b>AB</b>	Quiche lorraine de volaille <b>ou</b> tarte au fromage	Brandade de morue <b>ou</b> gratin de quinoa et boulgour	Jambon de porc <b>ou</b> omelette nature Petits pois <b>ou</b> carottes à la crème	Aiguillettes végétales aux graines <b>ou</b> croustillants de blé Duo de haricots à la tomate	Penne à la napolitaine Ratatouille <b>AB</b>	Sauté de bœuf en goulasch <b>ou</b> curry de petits pois Riz <b>AB</b>	Escalope de volaille sauce crème champignons <b>ou</b> œufs brouillés Potatoes	Pizza au fromage <b>ou</b> tarte au fromage Salade verte	Tajine d'agneau <b>ou</b> sauté de blé Alabama Brocolis <b>AB</b>	Filet de colin meunière <b>ou</b> pavé aux légumes vert Poêlée campagnarde <b>ou</b> jardinière de légumes
<b>Fromage Laitage</b>	Bûche de chèvre <b>ou</b> camembert	Fromage blanc <b>AB</b> petit-suisse nature <b>AB</b>	Yaourt nature <b>AB</b> <b>ou</b> fromage blanc nature <b>AB</b>	Coulommiers <b>ou</b> bleu des prairies	Petits-suisseaux aux fruits <b>AB</b> <b>ou</b> fromage blanc aux fruits <b>AB</b>	Yaourt straciatella	Saint-paulin <b>ou</b> mimolette	Tome des Pyrénées <b>ou</b> fourme d'Ambert	Yaourt nature <b>AB</b> <b>ou</b> petit-suisse nature <b>AB</b>	Mimolette	Fromage blanc <b>AB</b> <b>ou</b> yaourt nature brassé
<b>Dessert</b>	Crème dessert lait de coco banane <b>ou</b> crème dessert lait de coco mangue	Fruit <b>AB</b>	Fruit <b>AB</b>	Salade de fruits <b>AB</b>	Fruit <b>AB</b>	Gressins naturels	Gâteau basque <b>ou</b> tarte poire	Fruit <b>AB</b>	Compote pomme banane	Liégeois au chocolat <b>AB</b>	Salade de fruit
<b>Goûter*</b>	Pain - confiture de fraise - lait nature	Pain au lait - jus d'orange - banane	Pain - barre chocolat noir - jus multifruits	Pain - gelée de groseille - jus de raisin	Galettes au beurre - fruit - lait nature	Pain - miel - yaourt nature	Pain - beurre - jus de pomme	Pain - barre chocolat noir - yaourt nature	Cookie <b>AB</b> chocolat - lait nature - fruit <b>AB</b>	Lait - corn flakes - fruit <b>AB</b>	Pain - beurre - jus d'orange - purée de pomme

### Fruits de saison

- Ananas • Banane • Kiwi • Orange • Poire • Pomme

Le deuxième choix concerne les restaurants fonctionnant en self des écoles élémentaires des villes de **Bobigny**, **Compans**, **Fosses**, **Ivry-sur-Seine**, **La Courneuve**, **La Queue-en-Brie**, **Romainville**, **Tremblay-en-France** et **Villetaneuse**.

Les mots soulignés signalent les viennoiseries livrées par le boulanger.

- Salade asiatique** : carottes râpées, germes de soja, céleri, crevette.
- Salade coleslaw** : carottes, chou blanc, mayonnaise, crème fraîche.
- Salade de pomme de terre aux olives** : pomme de terre, olives vertes, vinaigrette.

- Salade de pomme de terre au thon** : pomme de terre, thon, vinaigrette.
- Salade des champs** : blé, maïs, tomate, emmenthal, dinde, vinaigrette.
- Salade Waldorf** : céleri, pomme, crème fraîche, noix, persil, curcuma.

La composition complète des menus (ingrédients et allergènes) est disponible en scannant ce qr code >>>



Pain bio **AB** à tous les repas et aux goûters pour les villes de : **Bobigny**, **Compans**, **Fosses**, **Ivry-sur-Seine**, **La Courneuve**, **La Queue-en-Brie** et **Romainville**.