

• Menu •

| du 6 au 10 janvier 2025 |

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

LE REPAS

LE GOÛTER

Carottes râpées à l'orange 🍊🍷

Colombo de porc 🍷
Emincé de soja 🌱
au colombo

Boullghour

Yaourt nature
confiture 🍷

*

Marbré
Fromage blanc
aromatisé
Verre de jus de fruit

Tarte 3 fromages

Rôti de bœuf,
sauce barbecue
Œufs 🍷 durs,
mayonnaise

Purée de courgettes

*

Fruit de saison 🍷

Baguette 📍, beurre
et confiture
Compote
Verre de lait

*

Cuisse de poulet
rôtie au jus
Filet de poisson 🐟
au court bouillon

Pommes noisettes

Coulommiers

Fruit de saison 🍷

Viennoise 📍 pépites
de chocolat
Verre de jus de fruits
Yaourt à boire



Potage de potiron au
fromage fondu 🍷

Poisson 🐟 pané, citron

Epinards à la béchamel

*

Fruit de saison 🍷

Baguette 📍
Tomme
Fruit de saison 🍷



Taboulé oriental

Omelette 🍷

Duo de carottes 🍷

Comté 🍷

Galette des rois 🍷

Sablé aux graines
de sésame 🌱
Yaourt nature
Fruit de saison 🍷

- Produits de saison
- Menu végétarien
- Bleu Blanc Coeur
- Produit de la mer durable
- SCIC Coopérative Bio Île-de-France
- Produit local
- Appellation d'origine protégée
- Label Rouge
- Nouvelle recette



<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisineles4fourchettes

- Indication géographique protégée
 - Issu de l'agriculture biologique
 - Bœuf, veau, porc, volaille : né, élevé et abattu en France
- Consulter l'information sur le restaurant pour toute indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits.
Les repas sont servis avec du pain local 🍷

Goûters servis aux maternelles tous les jours
et aux élémentaires le mercredi et pendant les vacances

• Menu •

| du 13 au 17 janvier 2025 |

Lundi

Mardi


Mercredi

Jeudi

Vendredi

LE REPAS

LE GÔTER



Œufs durs 
mayonnaise

Salade verte aux dés de
fromage et vinaigrette

Potage de courgettes
et fromage fondu

*


Coleslaw 
(carottes )

Bœuf stroganoff 
Filet de poisson 
stroganoff

Saucisse de Toulouse
Pépite de poisson

Pizza 3 fromages
(emmental, mozzarella
et raclette)

Kefta dinde
Falafels

Filet de poisson 
sauce armoricaine

Haricots verts

Lentilles 

Salade verte,
vinaigrette

Couscous
(Semoule et légumes)


Brocolis

Cantal 

*


Fromage blanc
aromatisé


*


Fruit de saison 


Pêche au sirop

Fruit de saison 



Fruit de saison 


Crème fermière
à la vanille 

Madeleine 
Yaourt nature
Compote à boire

Baguette 
et chocolat
Fruit de saison 
Verre de lait

Roulé au chocolat
Compote
Yaourt aromatisé




Pain de campagne 
Bâche mi-chèvre 
Compote


Croissant 
Yaourt nature
Fruit de saison 

-      Produits de saison
-  Menu végétarien
-  Bleu Blanc Coeur
-  Produit de la mer durable
-  SCIC Coopérative Bio Île-de-France
-  Produit local
-  Appellation d'origine protégée
-  Label Rouge
-  Nouvelle recette



<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisinesles4fourchettes

-  Indication géographique protégée
 -  Issu de l'agriculture biologique
 -  Bœuf, veau : né, élevé et abattu en France
Porc, volaille : élevé et abattu en France
- Consulter l'information sur le restaurant pour toute indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits.
Les repas sont servis avec du pain local 

Goûters servis aux maternelles tous les jours
et aux élémentaires le mercredi et pendant les vacances

• Menu •

| du 20 au 24 janvier 2025 |

Lundi



Potage de légumes au fromage fondu

Poisson 🐟 pané, citron

Petit pois au jus

Fruit de saison 🍎

Mardi

Steak hâché, sauce moutarde
Pâné de blé, emmental et épinards

Pommes noisettes

Bûche mi-chèvre

Fruit de saison 🍎

Mercredi

Carottes 🥕 rapées, vgte

Sauté de veau, sauce cantadou 3 poivres
Filet de poisson 🐟, sauce cantadou 3 poivres

Purée Dubarry 🍷

Ile flottante

Jeudi



Quenelle nature, sauce provençale 🍷

Riz

Yaourt 🥛 aromatisé vanille

Fruit de saison 🍎

Vendredi

Salade verte et oignons frits, vinaigrette

Sauté de dinde 🍗, sauce vallée d'Auge
Emincé de soja 🍷 sauce vallée d'Auge

Haricots verts

Mimolette

Eclair vanille

Baguette 🍞, beurre et miel
Yaourt aromatisé
Fruit de saison 🍎

Sablé aux graines de sésame 🍷
Compote
Verre de lait

Pain au chocolat 🍷
Petit suisse aromatisé
Compote

Pain aux céréales
Camembert
Fruit de saison 🍎

Quatre-quart
Fromage blanc nature
Fruit de saison 🍎

- Produits de saison
- Menu végétarien
- Bleu Blanc Coeur
- Produit de la mer durable
- SCIC Coopérative Bio Île-de-France
- Produit local
- Appellation d'origine protégée
- Label Rouge
- Nouvelle recette



- Indication géographique protégée
 - Issu de l'agriculture biologique
 - Bœuf, veau, porc, volaille : élevé et abattu en France
- Consulter l'information sur le restaurant, pour toute indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Goûters servis aux maternelles tous les jours et aux élémentaires le mercredi et pendant les vacances

<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisineles4fourchettes

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits. Les repas sont servis avec du pain local 🍞

• Menu •

| du 27 au 31 janvier 2025 |

Lundi



Endives et croûtons,
vinaigrette

Pâné de blé,
emmental, épinards

Jeunes carottes
au jus

Coulommiers

Glace

Marbré
Fruit de saison
Verre de lait

Mardi

Tarte au fromage

Jambon blanc
mayonnaise
Œufs durs
mayonnaise

Purée de légumes

Fruit de saison

Baguette et chocolat
Yaourt nature
Compote à boire

Mercredi

Nems au poulet
Nems aux légumes

Riz cantonnais (Riz,
petits pois, omelette)

Petits suisses
nature, sucre

Litchi au sirop

Madeleine
Fromage blanc
aromatisé
Verre de jus de fruit

Jeudi

Céleri et carottes
rémoulade

Bœuf misonnée
façon bolognaise
Egrainé de soja
façon bolognaise

Spaghetti,
fromage râpé

Compote de pommes
et bananes

Pain semi-
complet
Emmental
Fruit de saison

Vendredi

Potage de courgettes
au fromage fondu

Beignets de calmars,
sauce tartare

Epinards à la crème

Fruit de saison

Brioche
Compote
Verre de lait

LE REPAS

LE GOÛTER

- Produits de saison
- Menu végétarien
- Bleu Blanc Coeur
- Produit de la mer durable
- SCIC Coopérative Bio Île-de-France
- Produit local
- Appellation d'origine protégée
- Label Rouge
- Nouvelle recette



<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisinesles4fourchettes

- Indication géographique protégée
 - Issu de l'agriculture biologique
 - Bœuf, veau, porc, volaille : né, élevé et abattu en France
- Consulter l'information sur le restaurant pour toute indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits.
Les repas sont servis avec du pain local

Goûters servis aux maternelles tous les jours
et aux élémentaires le mercredi et pendant les vacances

• Menu •

| du 3 au 7 février 2025 |

LE REPAS

LE GOÛTER

Lundi


Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi



Radis beurre

Sauté de bœuf ,
sauce guardian
Galette de légumes
ratatouille


Haricots verts et
pommes de terre

Cantal 

Compote de pommes


Galettes bretonnes
pur beurre 
Petit suisse aromatisé
Fruit de saison 



*

Cuisse de poulet yassa
Filet de poisson 
yassa


Potatoes

Fromage blanc
aromatisé


Fruit de saison 


Baguette , beurre
et confiture
Yaourt nature
Fruit de saison 

Rillette de thon au
fromage frais

Filet de poisson ,
sauce forestière

Brocolis à la béchamel

Fruit de saison 



Viennoise nature 
Verre de jus de fruit
Yaourt à boire

Chou rouge et maïs,
vinaigrette 

Crêpe volaille fromage
Crêpe fromage

Salade verte, vinaigrette


Crêpe sauce chocolat

Pain aux céréales 
Leerdamer 
Compote

Potage de patate
douce 

Curry de lentilles 
au cantadou

Riz






Crème fermière
à la vanille 

Quatre-quart
Fromage blanc natur
Verre de jus de fruit

-     Produits de saison
-  Menu végétarien
-  Appellation d'origine protégée
-  Bleu Blanc Coeur
-  Label Rouge
-  Produit de la mer durable
-  Nouvelle recette
-  SCIC Coopérative Bio Île-de-France
-  Produit local



<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisineles4fourchettes

-  Indication géographique protégée
 -  Issu de l'agriculture biologique
 -  Bœuf, veau : né, élevé et abattu en France
 -  Porc, volaille : élevé et abattu en France
- Consulter l'information sur le restaurant pour toute indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.
- Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits.
Les repas sont servis avec du pain local 

Goûters servis aux maternelles tous les jours
et aux élémentaires le mercredi et pendant les vacances

• Menu •

| du 10 au 14 février 2025 |

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

LE REPAS

LE GOÛTER

Carottes râpées 🍷, vinaigrette

Cordon bleu
Crousti fromage

Flageolets

Emmental

Flan vanille nappé
caramel

Madeleine 🍷
Yaourt nature
Fruit de saison 🍷

Potage de haricots
verts, fromage râpé

Blanquette de veau
Blanquette de
poisson 🍷

Riz et carottes

Fruit de saison 🍷

Baguette 📍
Camembert
Fruit de saison 🍷

Salade de pomme de
terre 🍷 et ciboulette,
vinaigrette

Omelette 🍷,
fromage râpé

Epinards à la crème 🍷

Fruit de saison 🍷

Brownie
Compote à boire
Verre de lait

Boulette de bœuf 🍷,
sauce italienne
Boulettes blé et pois
chiches, sauce italienne

Purée

Fromage blanc
aromatisé

Fruit de saison 🍷

Pain aux céréales
et chocolat 🍷
Compote
Verre de lait

Coleslaw 🍷
(carottes 🍷)

Filet de poisson 🍷,
sauce curry

Beignets de saïfsifs 🍷

Compote de
pommes et fraises

Viennoise 📍 aux
pépites de chocolat
Fromage blanc nature
Verre de jus de fruit

- 🍷 Produits de saison
- 🌿 Menu végétarien
- 🐟 Bleu Blanc Coeur
- 🌊 Produit de la mer durable
- 🌱 SCIC Coopérative Bio Île-de-France
- 📍 Produit local
- 🍷 Appellation d'origine protégée
- 🔴 Label Rouge
- 👩🍳 Nouvelle recette



- 📍 Indication géographique protégée
 - 🌿 Issu de l'agriculture biologique
 - 🇫🇷 Bœuf, veau : né, élevé et abattu en France
Porc, volaille : élevé et abattu en France
- Consulter l'information sur le restaurant, pour toute indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Goûters servis aux maternelles tous les jours
et aux élémentaires le mercredi et pendant les vacances

<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisinesles4fourchettes

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits.
Les repas sont servis avec du pain local 📍

• Menu •

| du 17 au 21 février 2025 |

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

LE REPAS

LE GÔTER

Salade de lentilles 🌱, vinaigrette

Sauté de porc 🐷, sauce aigre douce
Filet de poisson 🐟, sauce aigre douce

Brocolis

Bûche mi-chèvre

Compotes de pommes

Marbré
Fromage blanc nature
Fruit de saison 🍎

Carottes râpées 🥕 au citron

Paëlla au poulet
Paëlla au poisson (sans chorizo)

Fromage blanc et brisure de gâteau

Baguette 🍞
Cantadou nature
Fruit de saison 🍎

Potage de potiron au fromage fondu

Poisson pané 🐟, citron

Carottes 🥕

Fruit de saison 🍎

Croissant 🍞
Compote
Verre de lait

*

Goulash de bœuf
Emincé de soja 🌱 façon goulash

Gratin dauphinois

Yaourt nature 🥛, sucre

Fruit de saison 🍎

Baguette 🍞, beurre et miel
Petit suisse aromatisé
Verre de jus de fruit

Salade verte, maïs, vinaigrette

Pâtes locales 🍝, sauce crème forestière

Pont-l'Évêque




Glace

Madeleine 🍰
Yaourt nature
Fruit de saison 🍎

-  Produits de saison
-  Menu végétarien
-  Bleu Blanc Coeur
-  Produit de la mer durable
-  Nouvelle recette
-  SCIC Coopérative Bio Île-de-France
-  Produit local
-  Appellation d'origine protégée
-  Label Rouge



<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisinesles4fourchettes

-  Indication géographique protégée
 -  Issu de l'agriculture biologique
 -  Bœuf, veau : né, élevé et abattu en France
Porc, volaille : élevé et abattu en France
- Consulter l'information sur le restaurant pour toute indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits.
Les repas sont servis avec du pain local 🍞

Goûters servis aux maternelles tous les jours
et aux élémentaires le mercredi et pendant les vacances

• Menu •

| du 24 au 28 février 2025 |

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

LE REPAS

LE GOÛTER

Coleslaw (carottes)

Sauté de boeuf, sauce aux olives
Galette de légumes ratatouille

Gratin de chou-fleur

Tarte aux pommes

Barre pâtisnière
Yaourt nature
Fruit de saison

Pizza fromage

Jambon blanc, sauce cocktail
Œufs durs, sauce cocktail

Coquillettes

Fruit de saison

Baguette et chocolat
Fruit de saison
Verre de lait

Radis rondelle, vgte
moutarde à l'ancienne
et miel

Beignets de blé,
ketchup

Epinards à la
béchamel

Saint-Nectaire

Liégeois chocolat

Gaufre poudrée
au sucre
Compote
Yaourt à boire

*

Emincé de volaille,
sauce moutarde
à l'ancienne
Omelette

Pommes smiles

Petits suisses aromatisés

Fruit de saison

Pain semi-complet
Kiri
Compote

Potage de carottes au
fromage fondu

Filet de poisson,
sauce nantua

Riz et petit pois




Fruit de saison

Brioche
Fruit de saison
Verre de lait

-     Produits de saison
-   Menu végétarien
-   Bleu Blanc Coeur
-   Produit de la mer durable
-   SCIC Coopérative Bio Île-de-France
-   Produit local
-  Appellation d'origine protégée
-  Label Rouge
-  Issu de l'agriculture biologique
-  Nouvelle recette



<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisinesles4fourchettes

-  Indication géographique protégée
 -  Issu de l'agriculture biologique
 -  Bœuf, veau : né, élevé et abattu en France
Porc, volaille : élevé et abattu en France
- Consulter l'information sur le restaurant pour toute indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits.
Les repas sont servis avec du pain local

Goûters servis aux maternelles tous les jours
et aux élémentaires le mercredi et pendant les vacances