

Sept. 2024



Tables Communes
Restauration Publique
Ecoresponsable

la Courneuve

	lundi 2	mardi 3	mercredi 4	jeudi 5	vendredi 6	lundi 9	mardi 10	mercredi 11	jeudi 12	vendredi 13
Entrée	Betteraves vinaigrette 🍷	Salade de lentilles vinaigrette 🍷	Taboulé 🍷	Tomate de plein champ 🍷🍷*	Concombre 🍷 et dés de fromage de brebis vinaigrette 🍷	Tomate 🍷🍷🍷* de plein champ	Salade de maïs et thon 🍷	Macédoine mayonnaise	Melon 🍷*	Concombre 🍷*
Plat principal	Brandade de poisson	Omelette nature 🍷	Filet de poisson sauce beurre citron 🍷	Sauté de bœuf 🍷 aux oignons 🍷 ou bouchées de pois 🍷 sauce tomate	Gratin de coquillettes 🍷	Poulet rôti 🍷 au paprika 🍷 ou dhal de lentilles 🍷	Émincé de bœuf 🍷 aux fèves 🍷 ou omelette nature 🍷	Égrainé de pois 🍷 façon bolognaise	Filet de poisson meunière	Semoule complète 🍷
Fromage Laitage	Yaourt nature 🍷🍷*	Petits pois 🍷	Courgettes 🍷🍷	Flageolets	Carottes jeunes	Pommes vapeur 🍷🍷🍷	Ratatouille 🍷	Pâtes semi complètes 🍷🍷 et Emmental râpé	Haricots verts 🍷	Légumes couscous
Dessert	Fruit	Camembert 🍷*	Fromage blanc aromatisé	Emmental 🍷*	Purée de pommes pêches et vanille 🍷	Crème dessert chocolat 🍷	Emmental 🍷*	Yaourt aromatisé	Fromage fondu	Fromage blanc nature 🍷*
		Fruit 🍷*	Fruit	Crème dessert vanille		Fruit 🍷*	Fruit	Quatre-quarts 🍷		

	lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19	vendredi 20	lundi 23	mardi 24	mercredi 25	jeudi 26	vendredi 27	lundi 30
Entrée	Salade verte vinaigrette 🍷		Salade de lentilles 🍷🍷	Melon jaune	Jambon de dinde 🍷 ou pané épinards et graines de courge	Goulash de bœuf 🍷 ou égrainé de pois 🍷 façon bolognaise	Tomate 🍷🍷* de plein champ	Concombre vinaigrette 🍷	Salade façon piémontaise		Salade verte vinaigrette 🍷
Plat principal	Filet de poisson sauce waterzoi 🍷	Omelette nature 🍷	Blanquette de veau 🍷 ou quenelle nature 🍷 sauce basilic	Cappelletti sauce tomate	Écrasé de courgettes 🍷🍷 et pommes de terre 🍷🍷	Haricots verts et flageolets	Crique au cantal	Émincé de dinde 🍷 sauce forestière ou brocolis aux amandes 🍷	Pépites de poisson meunière	Gnocchis au beurre 🍷	Émincé de bœuf 🍷 aux haricots rouges 🍷 ou curry de légumes 🍷
Fromage Laitage	Camembert 🍷*	Petit suisse aromatisé	Gouda	Comté 🍷*	Yaourt nature 🍷🍷*	Fromage blanc nature 🍷*	Saint Paulin	Brie	Saint Nectaire 🍷*	Yaourt aromatisé	Pommes de terre 🍷🍷
Dessert	Purée de pommes 🍷	Fruit	Fruit	Liégeois au chocolat	Fruit 🍷*	Fruit	Poires au sirop	Crème dessert vanille	Fruit 🍷*	Fruit	Yaourt nature 🍷🍷*
											Fruit 🍷*



La composition complète des menus (ingrédients, allergènes et goûters) est disponible sur ce QR code.



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

📍 @tables_communes



Oct. 2024



Tables Communes
Restauration Publique
Écoresponsable

la **Courneuve**

	mardi 1	mercredi 2	jeudi 3	vendredi 4	lundi 7	mardi 8	mercredi 9	jeudi 10	vendredi 11	lundi 14	mardi 15	
	Le Grand Repas											
Entrée	Filet de poisson sauce dugléré 🍷	Œuf à coque 🍷		Concombre à la crème 🍷	Salade de haricots rouge et maïs		Salade verte vinaigrette 🍷	Chou blanc vinaigrette au soja 🍷		Sauté de porc charcutière 🍷 ou omelette nature 🍷	Velouté de légumes 🍷	
Plat principal				Lentilles 🍷 à la tomate 🍷	Filet de poisson au curry 🍷	Veau 🍷 marengo 🍷 ou omelette nature 🍷	Quinoa gourmand 🍷	Steak haché ou bouchées courgettes et feta au curry 🍷	Ratatouille 🍷 et pois chiches 🍷		Quiche au fromage	
Fromage Laitage	Haricots verts	Potatoes		Riz 🍷	Carottes jeunes	Flageolets	Brocolis 🍷	Pâtes semi complètes 🍷	Semoule 🍷		Haricots blancs à la tomate	Salade verte vinaigrette 🍷
Fromage Laitage	Gouda	Fromage fouetté		Emmental 🍷*	Comté 🍷*	Petit suisse nature 🍷*	Tome	Carré de l'Est	Fromage blanc aromatisé		Emmental 🍷*	Yaourt nature 🍷 🍷*
Dessert	Semoule au lait	Fruit		Purée de pommes cerises	Fruit	Fruit	Moelleux aux cerises	Purée de pommes bananes	Fruit 🍷*		Fruit	

	mercredi 16	jeudi 17	vendredi 18	lundi 21	mardi 22	mercredi 23	jeudi 24	vendredi 25	lundi 28	mardi 29	mercredi 30	jeudi 31
		Menu Rose							MENU HALLOWEEN			
Entrée	Céleri remoulade de légumineuses 🍷	Tartinable à la betterave 🍷	Radis et maïs vinaigrette 🍷	Salade de pâtes tricolores 🍷	Salade de pommes de terre aux olives 🍷	Carottes râpées vinaigrette à l'orange 🍷	Émincé de bœuf 🍷 aux haricots rouges 🍷 ou mélange de légumes aux fèves 🍷	Salade verte vinaigrette 🍷		Salade verte vinaigrette 🍷	Soupe de légumes 🍷	Carottes râpées multicolores 🍷 vinaigrette 🍷
Plat principal	Picoussel	Ecrasé de pommes de terre 🍷 au saumon 🍷	Carbonade de bœuf 🍷 ou quenelles nature 🍷 sauce échalote	Omelette nature 🍷	Poulet rôti 🍷 sauce colombo 🍷 ou égrainé de soja façon chili	Lentilles 🍷 à la tomate 🍷		Filet de poisson meunière	Tajine de veau 🍷 ou tajine de pois chiches 🍷	Dhal de lentilles corail 🍷	Filet de poisson sauce crème citron 🍷	Parmentier de bœuf au potiron 🍷 ou parmentier végétal au potiron
Fromage Laitage	Purée de carottes 🍷	Fromage coque rouge	Petits pois	Ratatouille	Haricots verts 🍷	Pâtes 🍷	Rosti de pommes de terre	Épiards à la crème 🍷	Semoule 🍷	Riz 🍷	Petits pois carottes	Fromage fondu
Fromage Laitage	Mimolette		Bûche de chèvre 🍷*	Saint Paulin	Brie	Fromage blanc aromatisé	Saint Nectaire 🍷	Petit suisse nature	Yaourt aromatisé 🍷	Comté 🍷	Carré de l'Est	
Dessert	Riz au lait	Purée de pommes fraises	Banane	Fruit	Fruit		Fruit 🍷	Gâteau poires chocolat 🍷	Fruit	Mousse au chocolat	Fruit	Purée de pommes abricots

Férié : vendredi 1 novembre

Produit issu de l'Agriculture Biologique

Indication Géographique Protégée

Plat élaboré par nos cuisiniers à partir de produits bruts ou peu transformés

* Aide de l'Union Européenne à destination des écoles

Pain 🍷 à tous les repas

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

Appellation d'Origine Protégée

Œuf ou viande de France

Des fruits de saisons sont servi à tous les repas: Pêche, Nectarine, Melon, Raisin, Prune

Haute Valeur Environnementale

Label Rouge