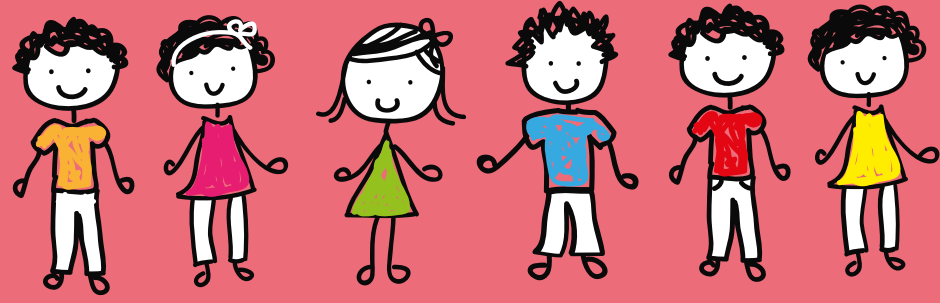


# À TABLE

## les enfants



### Menus scolaires du : 6 AU 31 JANVIER 2020

**JANVIER**

Lundi 6	Mardi 7	Jeudi 9	Vendredi 10
<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage </li> <li>Omelette à l'emmental </li> <li>Purée de pommes de terre</li> <li>Yaourt nature sucré ou Yaourt vanille </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées à l'orange </li> <li>Filet de poisson aux 3 céréales </li> <li>Riz sauce tomate</li> <li>Fromage </li> <li>Fruit de saison </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pizza au fromage</li> <li>Chipolatas</li> <li>Filet meunière </li> <li>Compote de pommes </li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Fromage </li> <li>Fruit de saison </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade aux dés de feta </li> <li>Fricassée de volaille aux champignons </li> <li>Galette de boulgour pois chiche emmental </li> <li>Jeunes carottes </li> <li>Potatoes</li> <li>Galette des rois</li> </ul>
Lundi 13	Mardi 14	Jeudi 16	Vendredi 17
<ul style="list-style-type: none"> <li>Tarte au fromage</li> <li>Filet de colin pané aux graines de millet</li> <li>Poireaux à la crème</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Fromage </li> <li>Fruit de saison </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concombre bulgare </li> <li>Sauté de bœuf forestier </li> <li>Omelette </li> <li>Frites</li> <li>Yaourt nature sucré ou Yaourt aromatisé </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Céleri rémoulade aux céréales toastées </li> <li>Lasagne veggie aux petits légumes </li> <li>Fromage </li> <li>Fruit de saison </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage </li> <li>Rôti de porc aigre doux</li> <li>Filet de cabillaud sauce aigre douce </li> <li>Gnocchis</li> <li>Mousse chocolat ou Crème pralinée</li> </ul>
Lundi 20	Mardi 21	Jeudi 23	Vendredi 24
<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage </li> <li>Rôti de dinde sauce à la crème </li> <li>Blanquette de poisson </li> <li>Petits pois</li> <li>Fromage </li> <li>Fruit de saison </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées </li> <li>Steak fromager </li> <li>Brocolis au gratin </li> <li>Pommes de terre</li> <li>Petits suisses sucrés ou Petits suisses aux fruits </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tarte aux poireaux</li> <li>Filet de merlu </li> <li>Potiron à la crème </li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Yaourt brassé ou Fromage blanc sucré </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage </li> <li>Tortis à la carbonara </li> <li>Tortis au poisson </li> <li>Fromage </li> <li>Fruit de saison </li> </ul>
Lundi 27	Mardi 28	Jeudi 30	Vendredi 31
<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade mixte aux légumes </li> <li>Cassolette de saumon </li> <li>Blé</li> <li>Fromage </li> <li>Yaourt aromatisé ou Yaourt nature sucré </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage </li> <li>Rissolette de veau</li> <li>Filet de poisson pané à la tomate </li> <li>Lentilles aux oignons </li> <li>Fruit de saison </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade verte à la mimolette </li> <li>Galette de boulgour</li> <li>Jeunes carottes aux herbes fraîches et jus d'agrumes </li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Mousse chocolat ou Crème vanille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage </li> <li>Omelette </li> <li>Croquettes de pommes de terre</li> <li>Salade</li> <li>Fromage </li> <li>Crêpe</li> </ul>

## RAPPEL :

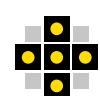
Le plat principal du menu 2 (indiqué en vert) est composé d'une autre source de protéine que celle apportée par la viande : œuf, poisson ou fromage. La Ville de Tourcoing se réserve le droit de modifier à tout moment la composition des menus en fonction de l'approvisionnement.

Dans le cadre du règlement INCO (INformation des COnsommateurs), nous vous informons que les repas servis sont susceptibles de contenir les allergènes ou produits dérivés : gluten, crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux, lupin, mollusque.

Les fruits et légumes, le lait et les produits laitiers distribués lors du repas de midi sont subventionnés dans le cadre du programme de l'Union Européenne à destination des écoles.

**Du bio dans les assiettes !**

La Ville introduit progressivement des produits bio et labellisés dans la confection des menus des restaurants scolaires. Tous les menus sont élaborés par une diététicienne, dans le respect de la saisonnalité des produits et des recommandations sanitaires. La cuisine se réserve le droit d'apporter des modifications aux menus selon les arrivages du marché.

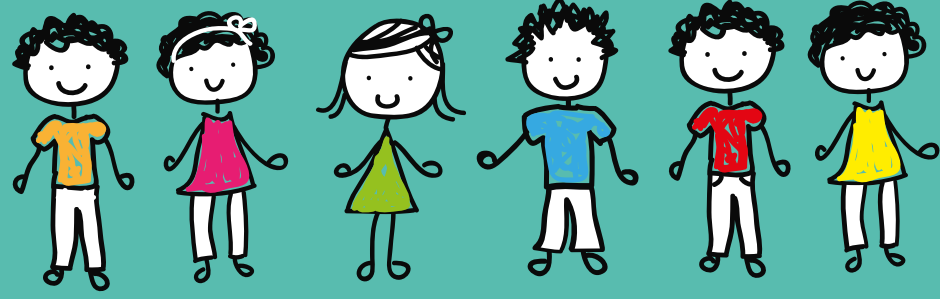


**Tourcoing**

www.tourcoing.fr

# À TABLE

## les enfants



Menus scolaires du : **3 AU 14 FÉVRIER 2020**

FÉVRIER

Lundi 3	Mardi 4	Jeudi 6	Vendredi 7
<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage </li> <li>Moussaka </li> <li><b>Filet églefin sauce tomate</b></li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Fromage </li> <li>Fruit de saison </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crêpe au fromage</li> <li>Rôti de bœuf </li> <li>sauce poivre</li> <li><b>Filet de colin corn flakes</b></li> <li>Beignet de chou-fleur</li> <li>Fromage blanc aux fruits ou Fromage blanc vanille </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage </li> <li>Escalope panée végétale</li> <li>Ratatouille</li> <li>Riz aux poireaux  </li> <li>et au curry</li> <li>Fruit de saison </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade verte</li> <li>Filet de poisson meunière</li> <li>Gratin dauphinois </li> <li>Fromage </li> <li>Cocktail de fruits</li> </ul>



Lundi 10	Mardi 11	Jeudi 13	Vendredi 14
<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade aux dés d'emmental</li> <li>Hachis Parmentier végétarien aux petits légumes</li> <li>Compote de fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage </li> <li>Chipolatas</li> <li><b>Steak fromager</b></li> <li>Chou rouge aux pommes </li> <li>Pommes vapeur </li> <li>Fruit de saison </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concombre vinaigrette </li> <li>Dos de cabillaud</li> <li>Sauce aux petits légumes  </li> <li>Riz créole</li> <li>Crème dessert chocolat ou Crème dessert pralinée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de pâtes</li> <li>Escalope viennoise</li> <li>Sauce ail et fines herbes</li> <li><b>Filet de merlu</b></li> <li>Haricots verts</li> <li>Petits suisses aux fruits ou Petits suisses sucrés</li> </ul>



**VACANCES SCOLAIRES DU 17 AU 28 FÉVRIER**



Les fruits et légumes, le lait et les produits laitiers distribués lors du repas de midi sont subventionnés dans le cadre du programme de l'Union Européenne à destination des écoles.

## Du bio dans les assiettes !

La Ville introduit progressivement des produits bio et labellisés dans la confection des menus des restaurants scolaires. Tous les menus sont élaborés par une diététicienne, dans le respect de la saisonnalité des produits et des recommandations sanitaires. La cuisine se réserve le droit d'apporter des modifications aux menus selon les arrivages du marché.

## RAPPEL :

Le plat principal du **menu 2 (indiqué en vert)** est composé d'une autre source de protéine que celle apportée par la viande : œuf, poisson ou fromage. La Ville de Tourcoing se réserve le droit de modifier à tout moment la composition des menus en fonction de l'approvisionnement.

Dans le cadre du règlement INCO (INformation des COnsommateurs), nous vous informons que les repas servis sont susceptibles de contenir les allergènes ou produits dérivés : gluten, crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux, lupin, mollusque.



Tourcoing

www.tourcoing.fr



# À TABLE

## les enfants



### Menus scolaires du : 2 AU 27 MARS 2020

MARS

Lundi 2	Mardi 3	Jeudi 5	Vendredi 6
<ul style="list-style-type: none"> <li>Pizza</li> <li>Filet de colin pané aux graines de millet</li> <li>Épinards à la crème</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Délice à l'emmental</li> <li>Fruit de saison </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade coleslaw </li> <li>Sauté de bœuf</li> <li>Omelette</li> <li>Frites</li> <li>Yaourt brassé aux fruits ou Yaourt nature sucré</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Betteraves rouges </li> <li>Poulet rôti</li> <li>Paupiette de saumon</li> <li>Purée de brocolis</li> <li>Liégeois chocolat ou Liégeois vanille caramel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Œuf dur mayonnaise</li> <li>Nuggets de blé</li> <li>Ratatouille</li> <li>Pépites de lentilles corail</li> <li>Fruit de saison </li> </ul>
Lundi 9	Mardi 10	Jeudi 12	Vendredi 13
<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage</li> <li>Coquillettes à la bolognaise</li> <li>Bolognaise de poisson blanc</li> <li>Fromage chanteneige </li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade verte</li> <li>Boulettes de volaille</li> <li>Steak haché de soja blé</li> <li>Légumes couscous</li> <li>Semoule</li> <li>Fromage blanc aux fruit ou Fromage blanc sucré</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Focaccia champignons et moutarde à l'ancienne </li> <li>Filet églefin</li> <li>Poireaux à la crème</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Yaourt aromatisé ou Yaourt nature sucré</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crêpe fromage</li> <li>Saucisse tex mex végétarienne</li> <li>Duo de carottes et panais</li> <li>Pommes de terre à l'ail</li> <li>Fruit de saison </li> </ul>
Lundi 16	Mardi 17	Jeudi 19	Vendredi 20
<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade mixte</li> <li>Aiguillettes de saumon meunière sauce oseille</li> <li>Riz créole</li> <li>Petits suisses sucrés ou Petits suisses fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage</li> <li>Escalope de poulet Sauce crème</li> <li>Omelette</li> <li>Purée de carottes</li> <li>Fruit de saison </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Velouté d'épinards </li> <li>Galette de fallafel</li> <li>Poêlée de légumes</li> <li>mini penne</li> <li>Beignet au chocolat</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées </li> <li>Sauté d'agneau aux petits légumes</li> <li>Filet de cabillaud aux petits légumes</li> <li>Flageolets</li> <li>Fruit de saison BIO </li> </ul>
Lundi 23	Mardi 24	Jeudi 26	Vendredi 27
<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage </li> <li>Lasagne de légumes</li> <li>Fromage kiri</li> <li>Fruit de saison BIO </li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade verte</li> <li>Paleron</li> <li>Filet églefin</li> <li>Légumes pot au feu Pommes vapeur</li> <li>Fromage blanc vanille ou Yaourt brassé aux fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de lentilles </li> <li>Piccatas de poulet</li> <li>Steak fromager</li> <li>Gratin de brocolis et pommes de terre</li> <li>Fruit de saison </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées à l'orange </li> <li>Filet de merlu sauce beurre blanc</li> <li>Purée de pommes de terre</li> <li>Yaourt nature sucré ou Yaourt vanille</li> </ul>



## RAPPEL :

Le plat principal du menu 2 (indiqué en vert) est composé d'une autre source de protéine que celle apportée par la viande : œuf, poisson ou fromage. La Ville de Tourcoing se réserve le droit de modifier à tout moment la composition des menus en fonction de l'approvisionnement.

Dans le cadre du règlement INCO (INformation des COnsommateurs), nous vous informons que les repas servis sont susceptibles de contenir les allergènes ou produits dérivés : gluten, crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, anhydride sulfureux, lupin, mollusque.





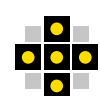




Les fruits et légumes, le lait et les produits laitiers distribués lors du repas de midi sont subventionnés dans le cadre du programme de l'Union Européenne à destination des écoles.

## Du bio dans les assiettes !

La Ville introduit progressivement des produits bio et labellisés dans la confection des menus des restaurants scolaires. Tous les menus sont élaborés par une diététicienne, dans le respect de la saisonnalité des produits et des recommandations sanitaires. La cuisine se réserve le droit d'apporter des modifications aux menus selon les arrivages du marché.



Tourcoing

www.tourcoing.fr