

# À TABLE

## les enfants



Menus scolaires du : **29 JANVIER AU 23 FÉVRIER 2018**

**JANVIER**

Lundi 29	Mardi 30	Jeudi 1 <sup>er</sup>	Vendredi 2
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salade mixte aux légumes</li> <li>• Cassolette de saumon</li> <li>• Blé</li> <li>• Yaourt nature sucré ou aromatisé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Potage</li> <li>• Rôti de dinde</li> <li>• <b>Filet de poisson pané à la tomate</b></li> <li>• Lentilles au jus</li> <li>• Bonbel</li> <li>• Fruit de saison</li> </ul>	<p><b>Menus en partenariat avec un chef étoilé</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Potage</li> <li>• Omelette</li> <li>• Purée de pommes de terre</li> <li>• Crêpe (chandeleur)</li> </ul>

**FÉVRIER**

Lundi 5	Mardi 6	Jeudi 8	Vendredi 9
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Potage</li> <li>• Moussaka</li> <li>• <b>Filet d'églefin sauce tomate</b></li> <li>• Riz</li> <li>• Edam</li> <li>• Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crêpe au fromage</li> <li>• Rôti de bœuf</li> <li>• <b>Filet de poisson meunière</b></li> <li>• Carottes au jus</li> <li>• Fromage blanc aux fruits ou vanille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Potage</li> <li>• Escalope panée végétale</li> <li>• Ratatouille</li> <li>• Pommes vapeur</li> <li>• Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salade verte</li> <li>• Filet de colin corn flakes</li> <li>• Gratin dauphinois</li> <li>• Cocktail de fruits</li> </ul> 

Lundi 12	Mardi 13	Jeudi 15	Vendredi 16
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salade aux dés d'emmental</li> <li>• Omelette</li> <li>• Purée aux 3 légumes</li> <li>• Compote de fruits</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salade de pâtes</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 bulgare</li> <li>• Dos de cabillaud sauce petits légumes</li> <li>• Riz créole</li> <li>• Crème dessert chocolat ou praliné</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Potage</li> <li>• Steak haché de canard sauce à l'orange</li> <li>• <b>Filet de merlu</b></li> <li>• Haricots verts</li> <li>• Pommes vapeur</li> <li>• Petits-suisses sucrés ou aux fruits</li> </ul>

Lundi 19	Mardi 20	Jeudi 22	Vendredi 23
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizza</li> <li>• Filet de colin pané aux graines de millet</li> <li>• Epinards 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>• <b>Omelette</b></li> <li>• Frites</li> <li>• Yaourt brassé nature sucré ou aux fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Carottes râpées</li> <li>• Poulet rôti</li> <li>• <b>Paupiette de saumon</b></li> <li>• Gratin de brocolis</li> <li>• Fruit de saison</li> </ul>	<p><b>Menus en partenariat avec un chef étoilé</b></p> 

**VACANCES SCOLAIRES DU 26 FÉVRIER AU 11 MARS**

**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 : **12 AU 30 MARS 2018**

**MARS**

Lundi 12	Mardi 13	Jeudi 15	Vendredi 16
<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage</li> <li>Coquillettes à la bolognaise</li> <li><b>Bolognaise de poisson blanc</b></li> <li>Fromage ail et fines herbes</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade verte</li> <li>Boulettes de volaille</li> <li><b>Steak haché de soja blé</b></li> <li>Légumes couscous</li> <li>Semoule</li> <li>Fromage blanc sucré ou aux fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Taboulé</li> <li>Filet d'églefin</li> <li>Poireaux à la crème</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Yaourt aromatisé ou nature sucré</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Betteraves rouges</li> <li>Sauté d'agneau aux petits légumes</li> <li><b>Filet de cabillaud aux petits légumes</b></li> <li>Flageolets</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>



Lundi 19	Mardi 20	Jeudi 22	Vendredi 23
<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade mixte</li> <li>Aiguillettes de saumon meunière sauce oseille</li> <li>Riz créole</li> <li>Petits-suisse sucrés ou aux fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage</li> <li>Escalope de poulet</li> <li><b>BLEU BLANC CŒUR</b></li> <li><b>Omelette</b></li> <li>Purée de carotte</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concombre sauce bulgare</li> <li>Rôti de veau</li> <li><b>Filet de colin corn flakes</b></li> <li>Chou-fleur au gratin</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Beignet chocolat</li> </ul>	<p><b>Menus en partenariat avec un chef étoilé</b></p>



Lundi 26	Mardi 27	Jeudi 29	Vendredi 30
<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage</li> <li>Lasagne bolognaise</li> <li><b>Lasagne au saumon</b></li> <li>Fromage Chanteneige</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade verte</li> <li>Paleron</li> <li><b>Filet d'églefin</b></li> <li>Légumes pot-au-feu</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Fromage blanc vanille ou yaourt brassé aux fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de riz</li> <li>Nuggets de poulet</li> <li><b>Nuggets de poisson</b></li> <li>Brocolis à l'italienne</li> <li>Pommes vapeur</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>Quinoa <b>bio</b></li> <li>Cocktail de fruits</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.

## 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 20 AVRIL 2018**

AVRIL

FÉRIÉ



Lundi 2	Mardi 3	Jeudi 5	Vendredi 6
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage</li> <li>Omelette</li> <li>Farfalles sauce tomate</li> <li>Compote de fruits</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade aux dés de chèvre</li> <li>Dos de colin</li> <li>Epinards à la crème</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Mousse chocolat ou crème dessert vanille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Céleri rémoulade frais</li> <li>Spicy de poulet</li> <li>Filet de poisson pané</li> <li>Ratatouille</li> <li>Gnocchis</li> <li>Petits-suisse sucrés ou aux fruits</li> </ul>

Lundi 9

- Crêpe champignons
- Filet de poisson meunière
- Flan de légumes du soleil
- Carré frais
- Fruit de saison

Mardi 10

- Concombre bulgare
- Rôti de bœuf sauce poivre doux
- Steak haché de soja
- Frites
- Yaourt nature sucré ou aromatisé

Jeudi 12

- Salade verte
- Fricassée de volaille aux champignons
- Filet de cabillaud
- Jardinière de légumes
- Pommes vapeur
- Fruit de saison

Vendredi 13

Menus en partenariat avec un chef étoilé



Lundi 16

- Potage
- Tajine d'agneau aux fruits secs
- Cassiolette de saumon
- Semoule
- Fruit de saison



Mardi 17

- Salade de tomates
- Pané fromager
- Poêlée méridionale
- Purée de pommes de terre
- Yaourt brassé ou fromage blanc sucré

Jeudi 19

- Feuilleté au fromage
- Blanquette de poisson
- Carottes vichy
- Petits-suisse sucrés ou aux fruits



Vendredi 20

- Macédoine de légumes
- Chili con carne
- Aiguillettes de cabillaud sauce tomate
- Riz créole
- Fromy
- Fruit de saison

**VACANCES SCOLAIRES DU 23 AVRIL AU 6 MAI**

## 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.

## 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 : 7 MAI AU 1<sup>ER</sup> JUIN 2018

MAI

Lundi 7	Mardi 8	Jeudi 10	Vendredi 11
<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de tomates</li> <li>Filet de poulet sauce champignons</li> <li><b>Galette de boulgour sauce champignons</b></li> <li>Mélange 5 céréales</li> <li>Yaourt aromatisé ou nature sucré</li> </ul>	<p><b>FÉRIÉ</b></p>	<p><b>FÉRIÉ</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage tomate</li> <li>Lasagnes au saumon</li> <li>Donuts au sucre</li> </ul>

Lundi 14	Mardi 15	Jeudi 17	Vendredi 18
<ul style="list-style-type: none"> <li>Potage</li> <li>Boulettes d'agneau</li> <li><b>Pané de blé emmental</b></li> <li>Légumes couscous</li> <li>Semoule</li> <li>Fromage croc'lait</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Taboulé</li> <li>Goulash hongroise</li> <li><b>Dos de colin</b></li> <li>Haricots verts</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Petits-suisses aux fruits ou sucrés</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées</li> <li>Cordon bleu</li> <li><b>Steak fromager</b></li> <li>Ratatouille</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<p><b>Menus en partenariat avec un chef étoilé</b></p>

Lundi 21	Mardi 22	Jeudi 24	Vendredi 25
<p><b>FÉRIÉ</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade au fromage</li> <li>Omelette</li> <li>Gratin dauphinois</li> <li>Compote de poires</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de pâtes</li> <li>Chipolatas</li> <li><b>Escalope panée de soja</b></li> <li>Compote de pommes</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Betteraves rouges</li> <li>Filet églefin sauce aux petits légumes</li> <li>Blé</li> <li>Crème dessert chocolat ou caramel</li> </ul>

JUIN

Lundi 28	Mardi 29	Jeudi 31	Vendredi 1 <sup>er</sup>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Tarte au fromage</li> <li>Dos de colin</li> <li>Duo de courgettes</li> <li>Riz</li> <li>Tranche d'emmental</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de tomates</li> <li>Bœuf bourguignon</li> <li><b>Omelette</b></li> <li>Frites</li> <li>Yaourt aromatisé ou nature sucré</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées</li> <li>Filet de poulet</li> <li><b>Filet de poisson meunière</b></li> <li>Haricots beurre</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Céleri rémoulade frais</li> <li>Rôti de porc à la moutarde</li> <li><b>Filet de merlu</b></li> <li>Petits pois</li> <li>Flan chocolat ou liégeois vanille caramel</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.

## 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 : **4 JUIN AU 6 JUILLET 2018**

JUN

<p><b>Lundi 4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Potage</li> <li>Rôti de veau</li> <li><b>Poisson pané à la tomate</b></li> <li>Flageolets</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<p><b>Mardi 5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Concombre bulgare</li> <li>Steak haché de soja</li> <li>Salsifis</li> <li>Potatoes</li> <li>Yaourt brassé aux fruits ou fromage blanc sucré</li> </ul>	<p><b>Jeudi 7</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de riz</li> <li>Dos de cabillaud</li> <li>Epinards à la crème</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Petits-suisse sucrés ou aux fruits</li> </ul>	<p><b>Vendredi 8</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Macédoine de légumes</li> <li>Tortis à la bolognaise</li> <li><b>Tortis au thon</b></li> <li>Petit Louis tartine</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>
<p><b>Lundi 11</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes à l'orange</li> <li>Omelette</li> <li>Pommes de terre</li> <li>Salade</li> <li>Yaourt aromatisé ou nature sucré</li> </ul>	<p><b>Mardi 12</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Brocoli sauce cocktail</li> <li>Emincé de dinde sauce champignons</li> <li><b>Filet d'églefin sauce champignons</b></li> <li>Riz créole</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<p><b>Jeudi 14</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tomates mozzarella</li> <li>Rôti de bœuf</li> <li><b>Steak fromager</b></li> <li>Jeunes carottes</li> <li>Blé</li> <li>Gâteau 3 chocolats</li> </ul>	<p><b>Vendredi 15</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Salade mixte de légumes</li> <li>Filet de poisson enrobé Sauce gribiche</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Salade</li> <li>Cocktail de fruits</li> </ul>
<p><b>Lundi 18</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Betteraves rouges</li> <li>Tomates farcies sauce tomate</li> <li><b>Paupiette de merlu sauce tomate</b></li> <li>Riz créole</li> <li>Kiri</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<p><b>Mardi 19</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Céleri rémoulade frais</li> <li>Sauté de bœuf au paprika</li> <li><b>Quenelle de brochet sauce au paprika</b></li> <li>Haricots verts</li> <li>Potatoes</li> <li>Glace</li> </ul>	<p><b>Jeudi 21</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de blé</li> <li>Nuggets de volaille</li> <li><b>Nuggets de poisson</b></li> <li>Ratatouille</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<p><b>Menus en partenariat avec un chef étoilé</b></p>
<p><b>Lundi 25</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Salade de tomates</li> <li>Omelette</li> <li>Pommes de terre boulangère</li> <li>Ananas au sirop</li> </ul>	<p><b>Mardi 26</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Taboulé</li> <li>Chipolatas</li> <li><b>Aiguillettes de saumon meunière</b></li> <li>Courgettes au basilic</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<p><b>Jeudi 28</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées</li> <li>Filet de cabillaud sauce oseille</li> <li>Gnocchis</li> <li>Glace</li> </ul>	<p><b>Vendredi 29</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tarte aux poireaux</li> <li>Poulet rôti</li> <li>Bâtonnets de mozzarella pané</li> <li>Crudités</li> <li>Churros de pomme de terre</li> <li>Fromage blanc vanille ou aux fruits</li> </ul>
<p><b>Lundi 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Salade aux dés d'emmental</li> <li>Filet de poisson meunière</li> <li>Epinards à la crème</li> <li>Pommes vapeur</li> <li>Crème dessert chocolat /vanille</li> </ul>	<p><b>Mardi 3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Concombre bulgare</li> <li>Steak fromager</li> <li>Ratatouille</li> <li>Riz</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<p><b>Jeudi 5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Crêpe au fromage</li> <li>Jambon</li> <li><b>Salade de thon</b></li> <li>Salade de pommes de terre</li> <li>Yaourt brassé nature sucré</li> </ul>	<p><b>Vendredi 6</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Potage</li> <li>Bolognaise de maquereau</li> <li>Pâtes</li> <li>Compote</li> </ul>

JUILLET



## 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