

	Lundi 3	Mardi 4	Mercredi 5	Jeudi 6	Vendredi 7	Au pays des galettes celui qui a la fève est le roi !		Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14
<b>Hors d'œuvre</b>	Betteraves vinaigrette	Salade de pommes de terre aux olives vertes	Maquereau à la tomate	Galette des rois Pomélo	Duo chou/ carottes mayonnaise carottes râpées vinaigrette			Iceberg vinaigrette	Haricots rouges au maïs	Chou rouge vinaigrette chou blanc vinaigrette	Chipolatas bouchées de pois chiches sauce crème menthe	Taboulé à l'orientale salade de haricots blancs à la tomate
<b>Plat principal et garniture</b>	Brandade de morue Cœur de laitue vinaigrette	Omelette nature Épinards à la crème	Émincé de bœuf façon bourguignonne ou aiguillettes de blé panées Jeunes carottes	Sauté de porc à la diable lentilles cuisinées à la tomate Semoule	Pilons de poulet au paprika ou filet de colin sauce tomate Pommes noisettes			Tajine de veau aux légumes compotée de légumes huile d'olive Céréales méditerranéennes	Escalope de volaille sauce champignons ou égrainé de soja au curry Petits pois	Carbonara de légumes Pâtes semi complètes	Écrasé de pommes de terre	Filet de colin sauce dorée Haricots verts
<b>Fromage Laitage</b>	Flan gélifié vanille	Saint-paulin ou emmenthal	Yaourt nature ou fromage blanc nature	Fromage à tartiner nature	Camembert			Cantal ou comté	Fromage blanc ou yaourt nature	Fromage fondu ou fromage frais	Petit-suisse aux fruits ou fromage blanc aux fruits	Tome noire Pyrénées ou saint-paulin
<b>Dessert</b>		Fruit	Banane	Galette des rois	Purée de pommes bananes ou purée de poires			Purée de pommes fraises cassis ou purée de pommes	Fruit	Tarte au chocolat	Fruit	Fruit
<b>Goûter</b>	Pain - barre de chocolat au lait - fruit	Pain - gelée de groseilles - purée de pommes	Pain - gouda - jus de pomme	Viennoise nature - lait nature - fruit	Barre de céréales - yaourt nature - fruit			Pain - confiture d'abricot - fruit	Croissant - lait nature	Pain - fruit - confiture de fraise	Pain au lait - yaourt nature - jus d'orange	Pain - fromage à tartiner nature - purée de pommes bananes
	Lundi 17	Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21	Lundi 24	Mardi 25	Mercredi 26	Jeudi 27	Vendredi 28	Lundi 31	
<b>Hors d'œuvre</b>	Betteraves vinaigrette ou macédoine mayonnaise	Lentilles vinaigrette	Duo d'endives et mimolette vinaigrette	Carottes râpées vinaigrette	Cœurs de laitue vinaigrette à l'huile de sésame	Salade de pommes de terre aux olives ou duo de haricots rouges et maïs vinaigrette	Velouté de légumes	Chou rouge vinaigrette ou chou blanc vinaigrette	Salade de mâche au dés d'emmenthal	Menu des enfants de Champigny-sur-Marne Carottes râpées huile d'olive et orange	Iceberg vinaigrette	
<b>Plat principal et garniture</b>	Sauté de dinde sauce basquaise haricots rouges ou compotée de légumes huile d'olive et haricots rouges Pommes vapeur	Filet de poisson frais sauce beurre citron Purée de potiron	Œuf à la coque et baguette Frites	Sauté de bœuf au romarin ou égrainé de pois à la provençale Chou-fleur	Boulettes d'agneau aux épices douces ou bouchées aux pois chiches Haricots beurre	Sauté de porc sauce chasseur ou omelette au fromage Petits pois carottes	Lasagnes bolognaise ou lasagnes ricotta épinards	Filet de poisson frais crème de persil Boulgour	Émincé de bœuf aux poivrons ou pavé épinards graines de courges Brocolis	Comptée de butternut Duo de riz blanc et riz vénéré	Sauté de bœuf aux oignons ou pâtes semi complètes aux carottes Haricots blancs	
<b>Fromage Laitage</b>	Édam ou gouda	Fromage blanc aux fruits ou petit-suisse aux fruits	Yaourt aromatisé	Bûche de chèvre ou camembert	Fromage frais à tartiner ou fromage fondu	Comté ou cantal	Fromage frais à tartiner ou fromage de brebis à tartiner	Tome noire des Pyrénées ou édam	Moelleux au chocolat	Saint-Jacques Yaourt aromatisé vanille ou yaourt aromatisé abricot	Camembert ou saint-paulin	
<b>Dessert</b>	Fruit	Fruit		Riz au lait ou semoule au lait	Quatre-quarts	Fruit	Fruit	Fruit			Purée de pommes	
<b>Goûter</b>	Petit beurre - fromage blanc - fruit	Pain - miel - lait nature	Pain - barre de chocolat - fruit	Cookie chocolat - lait nature - fruit	Pain - gelée de groseilles - fruit	Viennoise aux pépites de chocolat - lait nature	Pain - confiture de fraises - fruit	Biscuit moelleux - fromage blanc - purée de pommes fraises	Pain - beurre - fruit	Pain - barre de chocolat - jus d'orange	Quatre-quarts à partager - fruit - lait nature	

**Légumes et fruits de saison**

Carotte • Chou • Courge • Endive  
 • Panais • Poireau • Ananas  
 • Banane • Clémentine • Kiwi  
 • Mandarine • Nashi • Orange

Les mots soulignés signalent les viennoiseries livrées par le boulanger.

Les goûters proposés dans les menus ne concernent pas la ville de : **Fosses**.

**Salade de haricots blancs à la tomate** : haricots blancs, tomates, vinaigrette à l'échalote.

**Salade de pommes de terre aux olives vertes** : pommes de terre, olives vertes, vinaigrette.

**Taboulé à l'orientale** : semoule, pois chiches, tomates, poivrons, raisins secs, menthe, jus de citron, huile d'olive.

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



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

# Février

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



# SIRESCO



Une super recette de pâte à crêpe à faire avec papa ou maman à la page recette.

**Solutions des Jeux :**  
**Jeu 1 :** Que 2022 soit pureuse vous : parfums, saveuruse et gourmande.  
**Jeu 2 :** 7 touches, 6 fouts, 4 saladiers et 5 poies.  
**Jeu 3 :** l'intrus est l'image 4.

	Mardi 1 <sup>er</sup>	Mercredi 2 Chandeleur	Jeudi 3	Vendredi 4	Lundi 7	Mardi 8	Mercredi 9	Jeudi 10	Vendredi 11 Nouvel An chinois
<b>Hors d'œuvre</b>	Poulet rôti ou émincé de blé à la tomate	Carottes râpées vinaigrette	Pomélo	Taboulé libanais	Salade de haricots verts fondants vinaigrette	Velouté de légumes	Œuf dur mayonnaise	Cœurs de laitue aux dés de fromage vinaigrette	Salade chinoise aux dés d'emmental
<b>Plat principal et garniture</b>	Printanière de légumes	Rôti de dinde sauce champignons ou riz aux amandes Lentilles	Filet de lieu sauce vierge ou duo de ratatouille et pois chiches Coquillettes	Quenelles nature Trio de fleurettes	Sauté de porc aux pruneaux ou curry de lentilles corail coco Pommes vapeur	Pizza savoyarde ou tarte au fromage Icerberg vinaigrette	Pot au feu ou pavé lentilles corail Légumes du pot et pommes de terre	Filet de poisson frais concassées tomate huile d'olive Petites fleurettes de chou-fleur	Émincé de volaille sauce aigre douce ou samoussas de légumes Riz façon cantonnaise
<b>Fromage Laitage</b>	Fromage à tartiner fouetté nature ou fromage à tartiner brebis	Petit-suisse nature ou yaourt nature	Emmental ou comté	Fromage blanc nature ou yaourt nature	Camembert ou fourme d'Ambert	Fromage blanc ou yaourt nature	Yaourt nature ou petit-suisse	Emmental ou gouda	
<b>Dessert</b>	Fruit	Crêpe au chocolat	Flan nappé caramel	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit	Semoule au lait	Purée de pommes litchis
<b>Goûter</b>	Pain - barre de chocolat - purée de pommes abricots	Pain - confiture de fraises- fruit	Pain - beurre - fruit	Pain au lait - fruit - jus d'orange	Petits beurre - yaourt nature - purée de pommes bananes	Pain - beurre - fruit	Pain - fromage à tartiner - jus de pomme	Pain au lait - barre de chocolat - fruit	Pain - barre de chocolat - fruit

	Lundi 14	Mardi 15	Mercredi 16	Jeudi 17	Vendredi 18	Lundi 21	Mardi 22	Mercredi 23	Jeudi 24	Vendredi 25	Lundi 28
<b>Hors d'œuvre</b>	Duo haricots rouges et maïs sauce tomate	Betteraves vinaigrette	Chou blanc vinaigrette	Cœurs de laitue vinaigrette ou radis émincés à la crème	Taboulé libanais	Chou-fleur vinaigrette	Salade de pois chiches	Carottes râpées vinaigrette	Betteraves vinaigrette	Iceberg vinaigrette	Lentilles vinaigrette
<b>Plat principal et garniture</b>	Céréales indiennes	Poulet rôti ou bouchées de tomate soja basilic sauce tomate Légumes tajine	Sauté de veau Marengo ou égrainé végétal curry coco Jeunes carottes	Chipolatas omelette nature Purée de pois cassés	Filet de poisson frais sauce crème citron Duo de courgettes	Émincé de volaille aux haricots rouges ou mijoté de haricots blancs façon minestrone Semoule	Filet de lieu sauce champignons Écrasé de pommes de terre et courges	Chili végétarien Riz	Sauté de bœuf ou pavé de lentilles corail Brocolis et pommes de terre	Raviolis aux légumes	Blanquette de veau ou omelette nature Jardinière de légumes
<b>Fromage Laitage</b>	Comté ou gouda	Fromage blanc nature ou yaourt brassé nature	Fromage fondu	Yaourt vanille ou yaourt fraise	Cantal ou tome grise	Tome des Pyrénées ou comté	Gouda ou mimolette	Yaourt aromatisé	Fromage frais nature ou fromage fondu	Saint-paulin	Cantal ou tome des Pyrénées
<b>Dessert</b>	Fruit	Fruit	Tarte aux pommes	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit	Banane	Purée de pommes bananes ou purée de pommes fraises	Fruit	
<b>Goûter</b>	Pain - barre de chocolat - purée de pommes mangues	Cookie chocolat - yaourt nature - fruit	Pain - beurre - petit-suisse aux fruits	Pain - barre de chocolat au lait - fruit	Pain au lait - confiture de fraise - lait nature	Pain - beurre - yaourt à boire	Pain - gelée de groseille - jus de raisin	Galettes au beurre - fruit - lait nature	Pain - barre de chocolat - fruit	Barre de céréales - lait nature - fruit	Pain - barre de chocolat - fruit

- : produit issu de l'agriculture biologique
- : production agricole francilienne ou provenant d'un rayon de moins de 300km
- : produit d'indication géographique protégée
- : produit d'appellation d'origine protégée
- : produit label rouge
- : produit issu de la démarche bleu blanc cœur
- : œuf ou viande de France
- : produit à haute valeur environnementale

- : produit provenant de région ultrapériphérique
- : plat élaboré par nos cuisiniers à partir de produits bruts ou peu transformés

**Les goûters** proposés dans les menus ne concernent pas la ville de : **Fosses.**



**Salade chinoise aux dés d'emmental :** carottes, chou blanc, pousses de haricots mungo, dés de fromage, vinaigrette.  
**Taboulé libanais :** boulgour, tomates, oignon, échalotte, ail, persil, menthe, vinaigrette.

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