

# Menu

Du lundi 19 au vendredi 23 janvier 2026

## Lundi

Salade de lentilles bio d'Île-de-France (lentilles bio d'Île-de-France, échalote, herbes fraîches et moutarde)

Filet de poisson blanc aux céréales



Carottes rondelles bio persillées



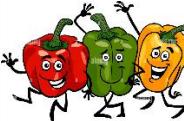
Yaourt vanille bio



Pomme bio d'Île-de-France



Gaufre  
Lait nature bio  
Purée de pomme bio



## Mercredi

Potage Parmentier (poireaux, pommes de terre, oignon et crème)



Emincé de bœuf Label rouge à la moutarde (moutarde, carottes, oignons, ail, coriandre)



Chou-fleur bio à la ciboulette



Fromage blanc bio nature



Salade de orange bio, pomme bio et ananas



Moelleux  
Purée de pomme et fraise



## Vendredi

Soupe de courgette bio et vache qui rit



Saucisse dinde façon Toulouse sauce onctueuse (fromage blanc bio, mayonnaise bio, échalote ciboulette et citron)



Pommes de terre campagnarde



Orange bio



Pain au lait  
Yaourt aux fruits mixés bio  
Fruit de saison



## Mardi

### Menu végétarien

Riz bio



sauce mexicaine

(tomate bio, haricots rouges bio, lentilles corail bio, maïs bio, paprika, ail, cumin)

Edam bio



Clémentines bio



Céréales  
Lait nature bio  
Fruit de saison bio



## Jeudi

### Menu végétarien

Carottes râpées bio à l'orange bio



Omelette bio emmental bio



**Petits pois** à l'anglaise

Fromage Saint Môret bio



Tarte aux pommes bio



Pain d'épices  
Confiture d'abricot  
Fruit de saison bio



### Pain bio produit localement

(atelier dans le 91 ; une partie de la farine provient de blés cultivés en IDF)

Ces menus et goûters sont susceptibles de modifications en fonction des arrivages, des cours ou de tout imprévu.



Toutes nos viandes sont nées, élevées et abattues en France, à l'exception du veau (France ou né en Allemagne, élevé et abattu en Hollande) et de l'agneau (Irlande / N.-Zélande)

Produit issu de l'Agriculture Biologique



Poisson issu d'une pêche durable certifiée



Appellation d'Origine Protégée ou Indication Géographique Protégée



Fruits, légumes et laitages subventionnés dans le cadre du programme d'aide de l'UE à destination des écoles



Label Rouge



Volaille de qualité certifiée



La liste des allergènes présents dans les menus est disponible sur le site internet de la CDE13 (<https://caissedescoleparis13.fr>) et dans chaque réfectoire.

Conformément au règlement CE n°1169/2011, les menus peuvent contenir les 14 substances ou produits provoquant des allergies ou intolérances : céréales contenant du gluten, crustacés, œufs, poissons, arachides, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10 mg/kg ou 10 mg/l, lupin, mollusques.