

## Mairie de la Frette sur Seine

## Menu du Lundi 3 Novembre au Vendredi 7 Novembre 2025

|                                                                                                                        |                                                                                                                                       |                                                                                                                 |                                                                                                                  | Repas végétarien                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lundi 3 Novembre                                                                                                       | Mardi 4 Novembre                                                                                                                      | Mercredi 5 Novembre                                                                                             | Jeudi 6 Novembre                                                                                                 | Vendredi 7 Novembre                                                                                                                      |
|  Effiloché d'endives ,<br>Vinaigrette |  Salade de <b>coquillettes HVE</b><br>sauce cocktail |  Salade verte , Vinaigrette  |                                                                                                                  |                                                                                                                                          |
| Sauce Carbonara                                                                                                        | Filet de <b>merlu MSC</b> , Sauce au<br>citron                                                                                        | Cordon bleu de dinde , Sauce<br>Napolitaine                                                                     | Sauté de <b>porc BBC</b> à la<br>moutarde                                                                        |  Chili sin carne <b>pois BIO</b> ,<br>Sauce au citron |
| <b>Macaronis HVE</b>                                                                                                   |  <b>Brocolis BIO</b> poêlés                          |  <b>Semoule HVE</b>          |  <b>Carottes BIO</b> braisées |  <b>Riz BIO</b> créole                                |
|                                                                                                                        |                                                                                                                                       |                                                                                                                 | Fromage                                                                                                          |  Laitage                                              |
|  Compote de <b>pommes BIO</b>         |  <b>Fruits BIO</b> de saison                         |  <b>Fruits BIO</b> de saison | Mille feuille de génoise et<br>confiture de fraise                                                               |  <b>Fruits BIO</b> de saison                          |

## Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

## Menu du Lundi 3 Novembre au Vendredi 7 Novembre 2025

| Lundi 3 Novembre                                                                                                                              | Mardi 4 Novembre                  | Mercredi 5 Novembre                                                                                                                                              | Jeudi 6 Novembre                                                                                                                                                                                                          | Vendredi 7 Novembre                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| Gâteau saveur citron<br> Verre de lait<br>Fruits de saison | Pain , Beurre<br>Fruits de saison | Gâteau fourré fraise<br>Chocolat au lait<br> Compote de pommes et<br>cassis |  Croissant<br> Yaourt sucré<br>Fruits de saison | Pain , Miel<br>Fromage blanc aromatisé |

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** -  Recettes bas carbone

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

Mairie de la Frette sur Seine - 10000 Frette sur Seine - 03 38 53 53 53 - 03 38 53 53 53 - 03 38 53 53 53 - 03 38 53 53 53 - 03 38 53 53 53 - 03 38 53 53 53

## Mairie de la Frette sur Seine

## Menu du Lundi 10 Novembre au Vendredi 14 Novembre 2025

| Lundi 10 Novembre                                                                                                  | Mercredi 12 Novembre                                                                                                   | Jeudi 13 Novembre                                                                                          | Vendredi 14 Novembre                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                    |  Carottes BIO râpées à la vinaigrette |  Velouté de potiron BIO |                                                                                                               |
| Beignets au poisson , Sauce barbecue                                                                               | Rôti de dinde LABEL ROUGE , Jus lié viande                                                                             | Parmentier de lentilles à la tomate                                                                        | Steak haché de boeuf                                                                                          |
|  Purée d'épinards Bio             | Tortis BIO                                                                                                             |  Mélange de salades     |  Pommes de terre rissolées |
| Fromage                                                                                                            |                                                                                                                        |                                                                                                            |  Laitage                   |
|  Fromage blanc BIO à la confiture |  Fruits BIO de saison                 |  Cake à la vanille      |  Fruits BIO de saison      |

## Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

## Menu du Lundi 10 Novembre au Vendredi 14 Novembre 2025

| Lundi 10 Novembre                                                                                                                            | Mardi 11 Novembre                                                                                                                                                                                                                       | Mercredi 12 Novembre                                                                                                                  | Jeudi 13 Novembre                                                                                                                             | Vendredi 14 Novembre                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| Gâteau fourré cacao<br> Verre de lait<br>Fruits de saison | Pain d'épices<br> Verre de lait<br> Compote de pommes et abricots | Pain , Confiture de fraises<br> Yaourt aromatisé | Pain au chocolat<br>Chocolat au lait<br> Sirop de fraise | Pain<br>Carré frais<br>Fruits de saison |

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** -  Recettes bas carbone

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

Mairie de la Frette sur Seine - 471101010 - 02 35 11 11 11 - 02 35 11 11 11 - 02 35 11 11 11



## Mairie de la Frette sur Seine

## Menu du Lundi 17 Novembre au Vendredi 21 Novembre 2025

| Repas végétarien                                                                                                          |                                                                                                         |                                                                                                                            |                                                                                                                          |                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lundi 17 Novembre                                                                                                         | Mardi 18 Novembre                                                                                       | Mercredi 19 Novembre                                                                                                       | Jeudi 20 Novembre                                                                                                        | Vendredi 21 Novembre                                                                                     |
|  Chou blanc BIO aux pommes , Vinaigrette |                                                                                                         |  Potage aux poireaux et pommes de terre |  Carottes BIO râpées à la vinaigrette |                                                                                                          |
|  Falafels                                | Chipolatas LABEL ROUGE , Jus lié thym et citron                                                         | Rougail de poulet                                                                                                          | Sauté de dinde façon blanquette                                                                                          | Carbonara de saumon MSC                                                                                  |
|  Semoule BIO , Sauce tomate              |  Purée de carottes BIO |  Butternut rôtie                        |  Riz Bio                              |  Coquillettes HVE     |
|                                                                                                                           | Brie                                                                                                    |                                                                                                                            |                                                                                                                          |  Laitage              |
|  Fruits BIO de saison                    | Crème dessert au chocolat                                                                               |  Yaourt BIO à la vanille                |  Tarte fine aux pommes                |  Fruits BIO de saison |

## Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

## Menu du Lundi 17 Novembre au Vendredi 21 Novembre 2025

| Lundi 17 Novembre                                             | Mardi 18 Novembre                                                                                                                              | Mercredi 19 Novembre                                                                                                                                                                                                       | Jeudi 20 Novembre                                                                                                         | Vendredi 21 Novembre                      |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| Gâteau fourré abricot<br>Chocolat au lait<br>Fruits de saison | Pain , Confiture de fraises<br> Compote de pommes et cassis |  Croissant<br> Verre de lait<br>Fruits de saison | Pain<br>Carré frais<br> Jus de pomme | Gaufre au sucre glace<br>Fruits de saison |

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** -  Recettes bas carbone

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



## Mairie de la Frette sur Seine

## Menu du Lundi 24 Novembre au Vendredi 28 Novembre 2025

| Repas végétarien                                                                                       |                                                                                                                                      |                                                                                                                                   |                                                                                                                                        |                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lundi 24 Novembre                                                                                      | Mardi 25 Novembre                                                                                                                    | Mercredi 26 Novembre                                                                                                              | Jeudi 27 Novembre                                                                                                                      | Vendredi 28 Novembre                                                                                         |
|                                                                                                        |  Potage aux légumes BIO                             |  Betteraves BIO , Vinaigrette                  |  Carottes BIO râpées à la vinaigrette , Vinaigrette |                                                                                                              |
| Gratin de colin MSC à la normande                                                                      |  Egréné de pois BIO façon carbonara                 | Fajitas au bœuf                                                                                                                   | Jambon blanc                                                                                                                           | Pilon de poulet mariné au soja et à la coriandre                                                             |
|  Blé BIO nature       |  Coquillettes HVE à la farine de blé et pois chiche |  Chiffonnade de salade verte BIO , Vinaigrette |  Frites                                             |  Brocolis BIO poêlés      |
| Fromage                                                                                                |                                                                                                                                      |                                                                                                                                   |                                                                                                                                        |  Laitage                  |
|  Fruits BIO de saison |  Yaourt aromatisé                                   |  Crème dessert à la vanille                    |  Gâteau façon brownie                               |  Salade de fruits du chef |

## Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

## Menu du Lundi 24 Novembre au Vendredi 28 Novembre 2025

| Lundi 24 Novembre                                        | Mardi 25 Novembre                                                                                                             | Mercredi 26 Novembre                                                                                                                        | Jeudi 27 Novembre                                                                                                                    | Vendredi 28 Novembre                                         |
|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Pain , Pâte à tartiner aux noisettes<br>Fruits de saison | Gâteau fourré abricot<br> Suisse aromatisé | Pain au chocolat<br> Verre de lait<br>Fruits de saison | Pain , Confiture de fraises<br> Sirop de menthe | Gâteau saveur citron<br>Chocolat au lait<br>Fruits de saison |

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** -  Recettes bas carbone

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

# Mairie de la Frette sur Seine

## Menu du Lundi 8 Décembre au Vendredi 12 Décembre 2025

|                             |                                                             |                                                   | Repas végétarien                        |                                           |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------|
| Lundi 8 Décembre            | Mardi 9 Décembre                                            | Mercredi 10 Décembre                              | Jeudi 11 Décembre                       | Vendredi 12 Décembre                      |
|                             | Salade de <b>haricots verts Bio</b> , Vinaigrette           | Velouté Dubarry                                   |                                         | Pâté de campagne , Cornichons             |
| Saucisse de Toulouse        | Cuisse de <b>poulet BBC</b> rôti aux herbes , Sauce tex mex | Croque monsieur au chèvre et à l'emmental du chef | Couscous végétarien aux légumes d'hiver | Filet de <b>merlu MSC</b> , Sauce tartare |
| <b>Lentilles vertes BIO</b> | Frites                                                      | Chiffonnade de <b>salade verte BIO</b>            | <b>Semoule BIO</b>                      | <b>Pennes BIO</b>                         |
| Fromage                     |                                                             |                                                   | Laitage                                 |                                           |
| <b>Fruits BIO</b> de saison | Pot de glace                                                | Fromage blanc nature , Coulis de framboise        | Beignet aux pommes                      | Salade de fruits du chef                  |

# Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

## Menu du Lundi 8 Décembre au Vendredi 12 Décembre 2025

| Lundi 8 Décembre                                                   | Mardi 9 Décembre                                | Mercredi 10 Décembre                | Jeudi 11 Décembre                                        | Vendredi 12 Décembre                    |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| Pain d'épices<br>Chocolat au lait<br>Compote de pommes et abricots | Pain , Confiture de fraises<br>Fruits de saison | Pain au chocolat<br>Sirop de fraise | Gâteau fourré abricot<br>Compote de pommes et framboises | Pain<br>Carré frais<br>Fruits de saison |

Legende : **BIO** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés**

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



## Mairie de la Frette sur Seine

## Menu du Lundi 15 Décembre au Vendredi 19 Décembre 2025

| Repas végétarien                                                                                                                            |                                                                                                        |                                                                                                          | Noël au soleil                                                                                     |                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lundi 15 Décembre                                                                                                                           | Mardi 16 Décembre                                                                                      | Mercredi 17 Décembre                                                                                     | Jeudi 18 Décembre                                                                                  | Vendredi 19 Décembre                                                                                     |
|                                                                                                                                             | Crêpe au fromage                                                                                       |                                                                                                          | Accra de morue                                                                                     |                                                                                                          |
|  Lasagnes aux épinards, chèvre et ricotta , Sauce barbecue | Sauté de <b>bœuf BBC</b> à la moutarde                                                                 | Filet de <b>lieu MSC</b> , sauce à l'aneth                                                               | Colombo de poulet                                                                                  | Nuggets à la volaille                                                                                    |
|                                                                                                                                             |  Haricots verts Bio   |  Spaghetti BIO        |  Riz BIO créole |  Brocolis BIO poêlés  |
| Fromage                                                                                                                                     |                                                                                                        | Fromage                                                                                                  |                                                                                                    |  Laitage              |
|  Riz au lait BIO                                           |  Fruits BIO de saison |  Fruits BIO de saison | Mont blanc crème de coco du Chef                                                                   |  Fruits BIO de saison |

## Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

## Menu du Lundi 15 Décembre au Vendredi 19 Décembre 2025

| Lundi 15 Décembre                                                                                                | Mardi 16 Décembre                                                                                | Mercredi 17 Décembre                                                                                    | Jeudi 18 Décembre | Vendredi 19 Décembre                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Madeleine nature                                                                                                 |                                                                                                  |                                                                                                         |                   | Brioche tranchée                                                                                                  |
|  Sirop de grenadine           | Pain , Confiture d'abricots                                                                      | Pompoms chocolat                                                                                        | Pain Chanteneige  | Chocolat au lait                                                                                                  |
|  Compote de pommes et bananes |  Suisse sucré |  Compote de poires | Fruits de saison  |  Compote de pommes et cassis |

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** -  Recettes bas carbone

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

© Mairie de la Frette sur Seine - 2025

## Mairie de la Frette sur Seine

## Menu du Lundi 22 Décembre au Vendredi 26 Décembre 2025

| Repas végétarien                                                                                           |                                                                                                                    |                                                                                                        |                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lundi 22 Décembre                                                                                          | Mardi 23 Décembre                                                                                                  | Mercredi 24 Décembre                                                                                   | Vendredi 26 Décembre                                                                                           |
|                                                                                                            |                                                                                                                    | Mousse de canard et cornichon , Toasts                                                                 |                                                                                                                |
| Calamars à la romaine                                                                                      |  Parmentier de légumes            | Suprême de poulet , Sauce au marron                                                                    | Pizza reine                                                                                                    |
|  Carottes BIO façon Vichy |  Pommes de terre à la libanaise   |  Haricots verts BIO |  Salade verte , Vinaigrette |
| Fromage                                                                                                    | Fromage                                                                                                            |                                                                                                        |  Laitage                    |
| Liégeois à la vanille                                                                                      |  Banane au chocolat et à l'amande | Bûche de Noël chocolat                                                                                 |  Fruits BIO de saison       |

## Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

## Menu du Lundi 22 Décembre au Vendredi 26 Décembre 2025

| Lundi 22 Décembre                                                                                                                      | Mardi 23 Décembre                                             | Mercredi 24 Décembre                                                                                                                             | Vendredi 26 Décembre                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pain , Confiture de prunes<br> Fromage blanc nature | Gâteau fourré abricot<br>Chocolat au lait<br>Fruits de saison | Pain , Confiture de fraises<br> Compote de pommes et cassis | Pain<br>Carré frais<br> Jus de pomme |

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** -  Recettes bas carbone

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.