

Mairie de la Frette sur Seine

Menu du Lundi 5 Janvier au Vendredi 9 Janvier 2026

	Repas végétarien		Epiphanie : Galette de Rois	
Lundi 5 Janvier	Mardi 6 Janvier	Mercredi 7 Janvier	Jeudi 8 Janvier	Vendredi 9 Janvier
🌱 Salade de pommes de terre BIO	🌱 Céleri rave BIO rémoulade		🌱 Velouté de potiron	
Steak haché de boeuf , Sauce barbecue	🌱 Chili sin carne pois BIO	Côte de porc grillée , sauce Dijonnaise	Sauté de veau , Sauce arrabiata aux pois chiches	Colin MSC meunière
🌱 Carottes BIO braisées	🌱 Riz BIO pilaf	🌱 Boulgour BIO	🌱 Choux fleurs en gratin	🌱 Coquillettes BIO
		Fromage		🌱 Laitage
🌱 Fruits BIO de saison	🌱 Fromage blanc BIO à la cassonade	🌱 Fruits BIO de saison	Galette des rois à la frangipane	🌱 Fruits BIO de saison

Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

Menu du Lundi 5 Janvier au Vendredi 9 Janvier 2026

Lundi 5 Janvier	Mardi 6 Janvier	Mercredi 7 Janvier	Jeudi 8 Janvier	Vendredi 9 Janvier
🌱 Gâteau fourré abricot 🌱 Verre de lait 🌱 Fruits de saison	Pain , Confiture de fraises 🌱 Fromage blanc nature	Galette des rois frangipane , Galette des rois aux pommes 🌱 Verre de lait 🌱 Fruits de saison	Pain Carré frais 🌱 Jus de pomme	🌱 Gaufre au sucre glace 🌱 Yaourt nature

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** - 🌱 Recettes bas carbone
Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10 000 000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.

Mairie de la Frette sur Seine

Menu du Lundi 12 Janvier au Vendredi 16 Janvier 2026

				Repas végétarien
Lundi 12 Janvier	Mardi 13 Janvier	Mercredi 14 Janvier	Jeudi 15 Janvier	Vendredi 16 Janvier
Taboulé d'Hiver, semoule BIO		Carottes BIO râpées , Vinaigrette	Velouté de légumes verts	
Fricassée de poulet BBC aux champignons	Bolognaise	Omelette nature	Marmite de colin MSC aux petits légumes	Curry aux patates douces, brocolis et pois chiches
Haricots verts BIO	Tortis BIO	Pommes de terre vapeur	Purée de carottes BIO , Panais rôtis	Riz BIO
	Fromage			Laitage
Fromage blanc au spéculoos	Fruits BIO de saison	Duo de crèmes desserts	Beignet aux pommes	Fruits BIO de saison

Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

Menu du Lundi 12 Janvier au Vendredi 16 Janvier 2026

Lundi 12 Janvier	Mardi 13 Janvier	Mercredi 14 Janvier	Jeudi 15 Janvier	Vendredi 16 Janvier
Pain , Pâte à tartiner aux noisettes Verre de lait	Gâteau fourré abricot Compote de poires	Pain au chocolat Verre de lait Fruits de saison	Pain , Confiture de fraises Yaourt sucré Sirop de menthe	Gâteau saveur citron Verre de lait Fruits de saison

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

Apri Restaurations, 15 A.S. au Capital de 101 000 000 000 € - RCS Lille Métropole : 477 146 010 - Siège social : 354 rue du Général de Gaulle - 59570 Ypres-lez-Lille



Mairie de la Frette sur Seine

Menu du Lundi 19 Janvier au Vendredi 23 Janvier 2026

Repas végétarien	Repas végétarien			
Lundi 19 Janvier	Mardi 20 Janvier	Mercredi 21 Janvier	Jeudi 22 Janvier	Vendredi 23 Janvier
	Salade verte à l'Emmental , Vinaigrette		Rosette lyonnaise et cornichons	
Calamars à la romaine	Haricots blancs façon blanquette	Jacket potatoes au bacon	Sauté de boeuf LABEL ROUGE , Sauce curry	Aiguillettes de poulet , Sauce tex mex
Purée d'épinards , Purée de pommes de terre	Riz BIO pilaf	Salade composée , Vinaigrette	Carottes BIO braisées	Frites
Laitage		Fromage blanc BIO		Fromage
Fruits BIO de saison	Crème dessert à la vanille	Compote de pommes	Cake aux poires	Fruits BIO de saison

Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

Menu du Lundi 19 Janvier au Vendredi 23 Janvier 2026













Lundi 19 Janvier	Mardi 20 Janvier	Mercredi 21 Janvier	Jeudi 22 Janvier	Vendredi 23 Janvier
Pain , Beurre Fruits de saison	Gâteau fourré fraise Verre de lait Compote de pommes et cassis	Croissant Fruits de saison	Pain , Miel Compote de pommes et bananes	Gâteau fourré cacao Verre de lait 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 26 Janvier au Vendredi 30 Janvier 2026

	Repas végétarien		Nouvel An Chinois (repas à thème)	
Lundi 26 Janvier	Mardi 27 Janvier	Mercredi 28 Janvier	Jeudi 29 Janvier	Vendredi 30 Janvier
	 Velouté de lentilles du Puy	 Chou blanc BIO , Sauce fromage blanc et curry		Friand au fromage
 Omelette fromagère	 Jambalaya aux légumes	Hachis Parmentier du chef	Poulet façon impérial	Filet de colin MSC , Sauce dieppoise
 Pommes de terre sautées	 Cœur de blé BIO		 Riz basmati façon pilaf	 Petits pois BIO au jus
 Laitage			Fromage	
 Fruits BIO de saison	Éclair au chocolat	 Crème aux œufs du chef	 Litchi au sirop	Liégeois à la vanille

Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

Menu du Lundi 26 Janvier au Vendredi 30 Janvier 2026

Lundi 26 Janvier	Mardi 27 Janvier	Mercredi 28 Janvier	Jeudi 29 Janvier	Vendredi 30 Janvier
Galettes saint Michel  Verre de lait  Compote de pommes et abricots	Pain , Confiture de fraises  Yaourt aromatisé  Fruits de saison	Pain au chocolat  Verre de lait	 Gâteau fourré abricot  Compote de pommes et framboises	Pain Carré frais  Fruits de saison

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** -  Recettes bas carbone
Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10 000 000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.



Mairie de la Frette sur Seine

Menu du Lundi 2 Février au Vendredi 6 Février 2026

			Repas végétarien & Chandeleur	
Lundi 2 Février	Mardi 3 Février	Mercredi 4 Février	Jeudi 5 Février	Vendredi 6 Février
Potage de légumes	Betteraves BIO mimosa		Céleri rave BIO rémoulade	
Ravioli à la sauce tomate	Bœuf façon bourguignon	Filet de merlu MSC , Sauce ciboulette	Falafels , Sauce tomate	Nuggets à la volaille
Chiffonnade de salade verte BIO	Carottes BIO braisées	Pommes de terre vapeur	Riz basmati façon pilaf	Purée de patates douces
		Laitage		Fromage
Fruits BIO de saison	Crème dessert au chocolat	Fruits BIO de saison	Crêpe au sucre	Coupe banane caramel

Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

Menu du Lundi 2 Février au Vendredi 6 Février 2026

Lundi 2 Février	Mardi 3 Février	Mercredi 4 Février	Jeudi 5 Février	Vendredi 6 Février
Madeleine nature		Pompoms chocolat		
Verre de lait	Pain , Confiture d'abricots	Verre de lait	Pain Chanteneige	Brioche tranchée
Compote de pommes et bananes	Fruits de saison	Compote de poires	Fruits de saison	Verre de lait

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















Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

api Restauration, S.A.S. au Capital de 10 000 000 000 € - RCS Lille Métropole - 437 167 010 - Siège social : 304 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons-en-Barrois



Mairie de la Frette sur Seine

Menu du Lundi 9 Février au Vendredi 13 Février 2026

			Repas végétarien	
Lundi 9 Février	Mardi 10 Février	Mercredi 11 Février	Jeudi 12 Février	Vendredi 13 Février
 Potage de légumes		 Betteraves BIO , Vinaigrette		
Saucisse de Toulouse	Filet de saumon rôti	Pot au feu	 Œufs brouillés aux champignons	Rougail de poulet
 Lentilles HVE	 Chou fleur BIO rôti	 Pommes de terre vapeur , Carottes braisées	 Frites	 Rata de légumes Hivernale du chef
	Fromage		 Laitage	Fromage
 Fruits BIO de saison	 Semoule au lait	 Fruits BIO de saison	 Mille feuille de génoise et confiture de fraise	 Flan au caramel

Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

Menu du Lundi 9 Février au Vendredi 13 Février 2026

Lundi 9 Février	Mardi 10 Février	Mercredi 11 Février	Jeudi 12 Février	Vendredi 13 Février
Pain , Confiture de prunes  Fromage blanc nature  Fruits de saison	 Gâteau fourré abricot  Verre de lait  Fruits de saison	Pain , Confiture de fraises  Compote de pommes et cassis	 Croissant  Verre de lait	Pain Carré frais  Jus de pomme

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











Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

Arel Restauration, S.A.S. au Capital de 20 000 000,00 € - RCS 515 615 000 - 477 181 010 - Siège social : 388 route Gaudin en Gaille - 85170 Mont-en-Ponsé.

Bon
Appétit










Mairie de la Frette sur Seine

Menu du Lundi 16 Février au Vendredi 20 Février 2026

Repas végétarien		Repas Montagne		
Lundi 16 Février	Mardi 17 Février	Mercredi 18 Février	Jeudi 19 Février	Vendredi 20 Février
	 Carottes BIO râpées à la vinaigrette	Crêpe aux champignons		 Salade de coquillettes BIO sauce cocktail
Boulettes de blé façon thai , Sauce tomate basilic	Sauté de boeuf LABEL ROUGE , Sauce tomate	Escalope de dinde label rouge , Sauce miel moutarde	Tartines façon tartiflette	Filet de hoki MSC , Sauce citron
 Purée de pois cassés	Pennes BIO	 Mitonné de légumes rôtis d'Hiver	 Salade verte , Vinaigrette	 Haricots verts BIO
 Laitage			 Laitage	
 Fruits BIO de saison	 Flan au caramel	 Fruits BIO de saison	 Compote de pommes	 Fromage blanc BIO à la confiture

Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

Menu du Lundi 16 Février au Vendredi 20 Février 2026

Lundi 16 Février	Mardi 17 Février	Mercredi 18 Février	Jeudi 19 Février	Vendredi 20 Février
 Gaufre au sucre glace  Fruits de saison	Pain , Pâte à tartiner aux noisettes  Verre de lait	 Gâteau fourré abricot  Suisse aromatisé	Pain au chocolat  Verre de lait	 Madeleine nature  Fruits BIO de saison  Sirop de menthe

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

Api Restauration, D.A.S. 301 Capital de 10 000 000 000 € - RCS Lille Métropole : 477 141 010 - Siège social: 384 rue du Général de Gaulle - 59500 Mons-en-Barrois.



Mairie de la Frette sur Seine

Menu du Lundi 23 Février au Vendredi 27 Février 2026

Lundi 23 Février	Mardi 24 Février	Mercredi 25 Février	Jeudi 26 Février	Vendredi 27 Février
Coleslaw BIO	Céleri rave BIO rémoulade		Potage butternut et mimolette	
Pizza reine	Tortilla de pommes de terre aux herbes	Carbonara de saumon MSC	Sauté de poulet Label rouge à l'olive	Chili con carne
Salade verte		Tortis BIO	Frites	Riz BIO pilaf
		Laitage		Fromage
Fruits BIO de saison	Compote de pommes et bananes BIO	Fruits BIO de saison	Crumble aux pommes du chef	Liégeois au chocolat

Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

Menu du Lundi 23 Février au Vendredi 27 Février 2026

Lundi 23 Février	Mardi 24 Février	Mercredi 25 Février	Jeudi 26 Février	Vendredi 27 Février
Gâteau fourré cacao Verre de lait	Pain , Beurre Fruits de saison	Gâteau fourré fraise Verre de lait	Croissant Fruits de saison	Pain , Miel Compote de pommes et bananes

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

Apl Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.



Mairie de la Frette sur Seine

Menu du Lundi 2 Mars au Vendredi 6 Mars 2026

				Repas végétarien
Lundi 2 Mars	Mardi 3 Mars	Mercredi 4 Mars	Jeudi 5 Mars	Vendredi 6 Mars
 Betteraves BIO , Vinaigrette		Friand au fromage	 Velouté de chou fleur BIO	
Filet de merlu MSC , Sauce ciboulette	Pilon de poulet rôti mariné	Jambon blanc	Cheeseburger	Sauce aux 3 fromages
 Semoule BIO	 Petits pois BIO au jus	 Haricots verts BIO à l'ail , Pommes de terre BIO vapeur	 Potatoes au paprika	 Coquillettes BIO
	Fromage			 Laitage
 Fruits BIO de saison	Beignet nature	 Fromage blanc BIO à la confiture	 Pot de glace	 Compote de pommes et cannelle

Mairie de la Frette sur Seine - Goûter

Menu du Lundi 2 Mars au Vendredi 6 Mars 2026

Lundi 2 Mars	Mardi 3 Mars	Mercredi 4 Mars	Jeudi 5 Mars	Vendredi 6 Mars
Gâteau fourré cacao  Verre de lait  Fruits de saison	 Pain d'épices  Verre de lait  Compote de pommes et abricots	Pain , Confiture de fraises  Fruits de saison	Pain au chocolat  Sirop de fraise	Pain Carré frais  Fruits de saison

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** -  Recettes bas carbone
Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

api Restauration, S.A.S. au Capital de 10 000 000,00 € - RCS Lille Métropole - 477 581 516 - Siège social : 364 rue du Général de Gaulle - 59300 Mons en Barrois

