



• Menu •

| du 4 au 8 mai 2026 |

Lundi

Betteraves rouges 🌱, vinaigrette miel et moutarde à l'ancienne 🍷

Pizza steak and cheese
Pizza cheddar emmental

*

Yaourt nature 🌱, sucre

Fruit de saison 🍷

Petits beurres
Verre de lait 🌱
Compote de pommes

Mardi



Tomate, vinaigrette verte 🍷

Raviolis emmental et basilic sauce crème 🌱

*

Comté 🍷

Purée de pommes 🌱📍

Baguette 📍, beurre et confiture
Yaourt nature
Fruit de saison 🍷

Mercredi

Concombre sauce bulgare

Veau marengo
Filet de hoki 📍 marengo

Carottes 🍷

Fromage blanc aromatisé

Tarte aux pommes

Brioche 🌱
Verre de lait 🌱
Fruit de saison 🍷

Jeudi

*

Boulette de dinde
Falafels

Semoule + légumes couscous

Bûche mi chèvre

Fruit de saison 🍷

Baguette 📍
Fromage à tartiner
Fruit de saison 🍷

Vendredi



*Yeah,
c'est férié !*

LE REPAS

LE GOÛTER

🌱 🍷 📍 🌱 Produits de saison

🌱 Menu végétarien

🍷 Appellation d'origine protégée

🌱 Bleu Blanc Coeur

🍷 Label Rouge

🌱 Produit de la mer durable

🌱 Nouvelle recette

🌱 SCIC Coopérative Bio Île-de-France

📍 Produit local



📍 Indication géographique protégée

🌱 Issu de l'agriculture biologique

🍷 Boeuf, veau : né, élevé et abattu en France
Porc, volaille : élevé et abattu en France

Consulter l'information sur le restaurant pour toute indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Le fruit de saison, ainsi que les changements de menu seront communiqués via les réseaux sociaux.

<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisineles4fourchettes

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits. Les repas sont servis avec du pain local 📍



• Menu •

| du 11 au 14 mai 2026 |

Lundi

Salade de pomme de terre 🌱 persillées, vinaigrette

Sauté de bœuf sauce italienne
Quenelle nature sauce italienne

Haricots verts ◯

Fromage ovale

Fruit de saison ◯

Baguette 📍, barre de chocolat
Verre de lait
Compote de pommes

Mardi



Coleslaw (carottes 🌱)

Knack de volaille
Nuggets de blé ketchup mayonnaise



Frites

Sunday vanille caramel

Marbré
Fromage blanc nature
Fruit de saison ◯

Mercredi



*

Quenelle nature sauce provençale

Boulghour / carottes

Tomme

Fruit de saison ◯

Baguette 📍
Emmental
Fruit de saison ◯

Jeudi



Yeah, c'est férié !

Vendredi

On dit bérzeah du coup ?



LE REPAS

LE GOÛTER

- Produits de saison
- Menu végétarien
- Appellation d'origine protégée
- Bleu Blanc Coeur
- Label Rouge
- Produit de la mer durable
- Nouvelle recette
- SCIC Coopérative Bio Île-de-France
- Produit local



<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisineles4fourchettes

- Indication géographique protégée
 - Issu de l'agriculture biologique
 - Bœuf, veau : né, élevé et abattu en France
Porc, volaille : élevé et abattu en France
- Consulter l'information sur le restaurant pour toute indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits. Les repas sont servis avec du pain local 📍

Le fruit de saison, ainsi que les changements de menu seront communiqués via les réseaux sociaux.



• Menu •

| du 18 au 22 mai 2026 |

Lundi

Tomate et dés de fromage, vinaigrette 🍅

Lasagnes bolognaise
Lasagnes saumon

*

*

Compote de pommes

Madeleine 🇫🇷
Yaourt nature
Fruit de saison 🍅

Mardi

Carottes rapées 🥕 🍅

Poisson pané 🐟
sauce tartare

Gratin de courgettes 🍆

*

Flan vanille nappée caramel

Baguette 🇫🇷
Mimolette
Fruit de saison 🍅

Mercredi

Salade de riz 🍚, maïs et tomates, vinaigrette

Cuisse de poulet 🍗
au jus
Filet de hoki 🐟 au court bouillon

Brocolis 🥦

Yaourt aromatisé 🥛

Fruit de saison 🍅

Viennoise pépite de chocolat 🇫🇷
Verre de lait 🥛
Compote de pommes

Jeudi



Concombre sauce fromage blanc et menthe

Omelette 🇫🇷
fromage rapé

Epinards à la crème

*

Crème praliné

Cake vanille 🇫🇷
Fromage blanc nature
Fruit de saison 🍅

Vendredi

*

Carbonara
ou
Carbonara de poisson 🐟

Tagliatelles

St Nectaire 🇫🇷

Fruit de saison 🍅

Pain de mie 🇫🇷,
pâte à tartiner
Yaourt nature
Verre de jus 🍷

LE REPAS

LE GOÛTER

🌸 🍅 🍷 🌿 Produits de saison

🌿 Menu végétarien 🇫🇷 Appellation d'origine protégée

🇫🇷 Bleu Blanc Coeur 🇫🇷 Label Rouge

🐟 Produit de la mer durable 🌿 Nouvelle recette

🇫🇷 SCIC Coopérative Bio Île-de-France

🇫🇷 Produit local



🇫🇷 Indication géographique protégée

🇫🇷 Issu de l'agriculture biologique

🇫🇷 Boeuf, veau : né, élevé et abattu en France
Porc, volaille : élevé et abattu en France

Consulter l'information sur le restaurant pour toute indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Le fruit de saison, ainsi que les changements de menu seront communiqués via les réseaux sociaux.

<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisineles4fourchettes

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits.
Les repas sont servis avec du pain local 🇫🇷



• Menu •

| du 25 au 29 mai 2026 |

Lundi



Yeah,
c'est férié !

Mardi



Tomate, vinaigrette ◦

Tarte fromage

Salade verte,
vinaigrette

Compote de pommes

Baguette ,
beurre et miel
Yaourt nature
Fruit de saison ◦

Mercredi

*

Sauté de veau
sauce stroganoff
Omelette

Gratin daupinois
(pommes de terre)

Petits suisses
natures, sucre

Fruit de saison ◦

Gaufre
Fromage blanc
aromatisé
Compote de pommes

Jeudi



Œufs durs ,
mayonnaise

Curry de lentilles
au cantadou

Riz pilaf

Fromage blanc
nature, confiture

Fruit de saison ◦

Baguette ,
Camembert
Fruit de saison ◦

Vendredi



Rillettes de la mer au
fromage frais

Moules sauce curry



Frites



Ile flottante

Pain au chocolat
Verre de lait
Fruit de saison ◦

LE REPAS

LE GOÛTER

Produits de saison

Menu végétarien

Appellation d'origine protégée

Bleu Blanc Coeur

Label Rouge

Produit de la mer durable Nouvelle recette

SCIC Coopérative Bio Île-de-France

Produit local



Indication géographique protégée

Issu de l'agriculture biologique

Boeuf, veau : né, élevé et abattu en France
Porc, volaille : élevé et abattu en France

Consulter l'information sur le restaurant pour toute
indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Le fruit de saison, ainsi que les changements de menu seront
communiqués via les réseaux sociaux.

<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
 @cuisineles4fourchettes

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits.
Les repas sont servis avec du pain local



• Menu •

| du 1^{er} au 5 juin 2026 |

Lundi

Betteraves rouges 🌱, vinaigrette miel et moutarde à l'ancienne 🍷

Goulash de bœuf 🍖, Quenelle nature sauce tomate 🍷

Jardinière de légumes et pommes de terre 🌱

Fromage blanc nature, sucre

Fruit de saison 🍷

Cake pépite chocolat 🍫, Verre de lait 🥛, Compote de pommes 🍏

Mardi

*

Beignets de calamars sauce aioli

Purée aux 3 légumes

St Nectaire 🍷

Salade de fruits frais 🍷

Baguette 🍞 beurre et confiture, Yaourt nature, Fruit de saison 🍷

Mercredi

Pizza fromage

Jambon blanc mayonnaise 🍖, Œufs durs 🍳 mayonnaise

Gratin chou fleur et pomme de terre 🌱

*

Fruit de saison 🍷

Brioche 🍞, Verre de lait 🥛, Compote de pommes 🍏

Jeudi

Gaspacho

Tajine de poulet au citron 🍖, Tajine de poisson au citron 🐟

Semoule

*

Purée de pommes

Baguette 🍞, Fromage à tartiner, Fruit de saison 🍷

Vendredi



Méli mélo de crudités, vinaigrette 🍷

Chili sin carne (haricots rouges 🌱)

Riz pilaf 🍷

*

Cube de pêche au sirop

Barre pâtissière, Fromage blanc nature, Fruit de saison 🍷

LE REPAS

LE GOÛTER

🌱 Produits de saison

🌱 Menu végétarien

🍷 Bleu Blanc Coeur

🐟 Produit de la mer durable

🌱 SCIC Coopérative Bio Île-de-France

🍷 Produit local

🍷 Appellation d'origine protégée

🍷 Label Rouge

🌱 Nouvelle recette



<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisineles4fourchettes

🌱 Indication géographique protégée

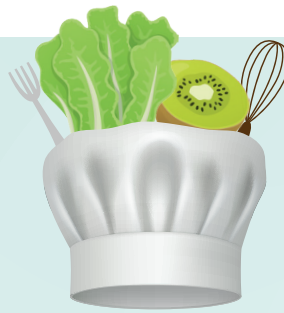
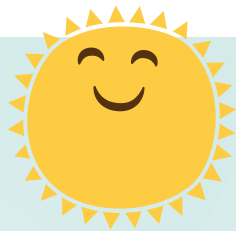
🍷 Issu de l'agriculture biologique

🍷 Bœuf, veau : né, élevé et abattu en France
Porc, volaille : élevé et abattu en France

Consulter l'information sur le restaurant pour toute indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Le fruit de saison, ainsi que les changements de menu seront communiqués via les réseaux sociaux.

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits. Les repas sont servis avec du pain local 🍷



• Menu •

| du 8 au 12 juin 2026 |

Lundi



Tomate et œufs durs , vinaigrette

Pâtes sauce crème forestière

*

Camembert

Compote de pomme / banane

Baguette , barre de chocolat

Yaourt nature
Fruit de saison

Mardi

*

Boulette de bœuf sauce barbecue
Kefta de pois et blé sauce barbecue

Pommes noisettes

Yaourt nature , sucre

Fruit de saison

Palet sarthois antigaspi

Verre de lait

Fruit de saison

Mercredi

Macédoine , mayonnaise

Filet de colin sauce armoricaine

Carottes

Emmental

Fruit de saison

Baguette

Fromage à tartiner

Verre de jus

Jeudi

*

Parmentier de bœuf (mitonnée)
Parmentier de saumon

Salade verte, vinaigrette

Cantal

Fruit de saison

Madeleine

Fromage blanc nature

Compote de pommes

Vendredi

Melon

Sauté de poulet sauce cantadou poivre
Filet de colin sauce cantadou poivre

Haricots beurrés

*

Gaufre, chantilly

Viennoise

Yaourt nature

Fruit de saison

LE REPAS

LE GOÛTER

Produits de saison

Menu végétarien

Bleu Blanc Coeur

Produit de la mer durable Nouvelle recette

SCIC Coopérative Bio Île-de-France

Produit local

Appellation d'origine protégée

Label Rouge

Indication géographique protégée

Issu de l'agriculture biologique

Bœuf, veau : né, élevé et abattu en France
Porc, volaille : élevé et abattu en France

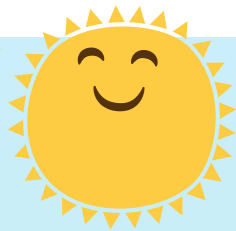
Consulter l'information sur le restaurant pour toute indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Le fruit de saison, ainsi que les changements de menu seront communiqués via les réseaux sociaux.

<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
 @cuisineles4fourchettes

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits.
Les repas sont servis avec du pain local





• Menu •

| du 15 au 19 juin 2026 |

Lundi

Pastèque ◯

Cordon bleu
Pané fromager

Petit pois

Compte de pommes

Marbré
Yaourt nature
Fruit de saison ◯

Mardi



Assiette de crudités,
vinaigrette ◯

Cuisse de poulet 🇫🇷
tandoori
Filet de colin tandoori 🇫🇷

Pommes de terres
persillées 🇫🇷

Crème fermière
à la vanille bio

Baguette 🇫🇷, beurre
et confiture
Verre de lait bio
Fruit de saison ◯

Mercredi

Chou fleur sauce
cocktail ◯

Filet de hoki 🇫🇷
sauce hollandaise

Purée de patate douce

Fromage blanc
aromatisé

Fruit de saison ◯

Croissant 🇫🇷
Yaourt aromatisé
Compote de pommes

Jeudi

Salade de pâtes,
tomate ◯, dès
d'emmental vinaigrette

Curry de dinde 🇫🇷
au fromage frais
Curry de pois chiches 🇫🇷
au fromage frais

Brocolis

Fruit de saison ◯

Pain de mie 🇫🇷
Emmental
Fruit de saison ◯

Vendredi

Tomate, concombre
et feta, huile d'olive et
vinaigre balsamique ◯

Cari aux deux lentilles 🇫🇷

Riz basmati bio

Fruit de saison ◯

Madeleine bio
Fromage blanc nature
Compote de pommes

LE REPAS

LE GOÛTER

🌸 🌻 🍷 🌊 Produits de saison

🌿 Menu végétarien

🇫🇷 Appellation d'origine protégée

🇫🇷 Bleu Blanc Coeur

🇫🇷 Label Rouge

🐟 Produit de la mer durable

🇫🇷 Nouvelle recette

🇫🇷 SCIC Coopérative Bio Île-de-France

🇫🇷 Produit local



<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisineles4fourchettes

🇫🇷 Indication géographique protégée

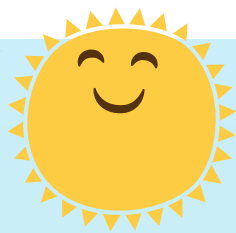
bio Issu de l'agriculture biologique

🇫🇷 Boeuf, veau : né, élevé et abattu en France
Porc, volaille : élevé et abattu en France

Consulter l'information sur le restaurant pour toute indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Le fruit de saison, ainsi que les changements de menu seront communiqués via les réseaux sociaux.

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits. Les repas sont servis avec du pain local 🇫🇷



• Menu •

| du 22 au 26 juin 2026 |

Lundi

Tomate et mozzarella
vinaigrette 🍅

Colombo de porc 🐷
Colombo de poisson 🐟

Chou fleur béchamel

*

Glace

Baguette 🍞
Fromage à tartiner
Fruit de saison 🍎

Mardi

Crêpe fromage

Rôti de bœuf
mayonnaise
Œufs durs 🍳
mayonnaise

Purée de haricots
verts 🍅

Yaourt bicouche 🍶

*

Barre pâtissière
Verre de lait 🥛
Fruit de saison 🍎

Mercredi



Concombre et feta,
vinaigrette 🍅

Mafé haricots rouges
(haricots rouges 🍅)

Riz basmati 🍶

*

Compote
pomme/ fraise

Baguette 🍞,
beurre et miel
Fromage blanc
aromatisé
Verre de jus 🍷

Jeudi

Melon 🍈

Poisson pané 🐟
sauce béarnaise

Gratin de courgettes 🍅

Fromage ovale

Liégeois chocolat

Galettes bretonnes 🍶
Yaourt nature
Compote de pommes

Vendredi



*

Nems aux légumes

Pad thaï
aux légumes

Petits suisses
aromatisés

Fruit de saison 🍎

Pain au chocolat 🍞
Verre de lait 🥛
Fruit de saison 🍎

LE REPAS

LE GOÛTER

🌸 🍅 🍷 🐟 Produits de saison

🌿 Menu végétarien

🍷 Appellation d'origine protégée

🐟 Bleu Blanc Coeur

🍷 Label Rouge

🐟 Produit de la mer durable 🍷 Nouvelle recette

🍷 SCIC Coopérative Bio Île-de-France

🍷 Produit local



<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisineles4fourchettes

🍷 Indication géographique protégée

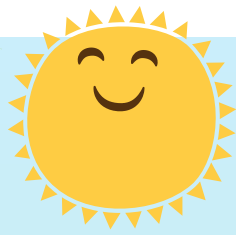
🍷 Issu de l'agriculture biologique

🍷 Bœuf, veau : né, élevé et abattu en France
Porc, volaille : élevé et abattu en France

Consulter l'information sur le restaurant pour toute
indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Le fruit de saison, ainsi que les changements de menu seront
communiqués via les réseaux sociaux.

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits.
Les repas sont servis avec du pain local 🍞



• Menu •

| du 29 juin au 3 juillet 2026 |

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

LE REPAS

LE GOÛTER

Macédoine mayonnaise

Sauté de bœuf aux olives
Filet de hoki aux olives

Carottes et pomme de terre

Cantal

Fruit de saison

Cake vanille
Fromage blanc nature
Compote de pommes

Salade de carottes râpées, surimi et ananas et vinaigrette

Croque au fromage

Salade verte, vinaigrette

Beignet framboise

Baguette
Mimolette
Fruit de saison

Pastèque

Sauté de porc sauce cantadou curry
Emincé de seitan sauce cantadou curry

Blé/ petit pois

Compote de pommes

Brioche
Yaourt aromatisé
Fruit de saison

*

Filet de colin sauce basquaise

Pommes de terre rissolées

St Nectaire

Fruit de saison

Baguette, beurre et confiture
Verre de lait
Compote de pommes

Salade de pomme de terre, tomate, concombre et cornichons, mayo

Nuggets de poulet sauce cocktail
Nuggets de poisson sauce cocktail

Epinards à la béchamel

Fruit de saison

Galettes bretonnes
Briquette de lait
Fruit de saison

Produits de saison

Menu végétarien

Bleu Blanc Coeur

Produit de la mer durable

SCIC Coopérative Bio Île-de-France

Produit local

Appellation d'origine protégée

Label Rouge



Nouvelle recette



<http://cuisine-les4fourchettes.fr/>
@cuisineles4fourchettes

Indication géographique protégée

Issu de l'agriculture biologique

Boeuf, veau : né, élevé et abattu en France
Porc, volaille : élevé et abattu en France

Consulter l'information sur le restaurant pour toute indication contraire et l'origine de l'agneau et du mouton.

Le fruit de saison, ainsi que les changements de menu seront communiqués via les réseaux sociaux.

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits. Les repas sont servis avec du pain local.