



Galette des rois à la frangipane

Plutôt galette ou couronne pour tirer les rois ?


La galette des rois se célèbre chaque année le **6 janvier**. C'est une occasion gourmande pour se retrouver en famille ou entre amis dans de nombreux pays. En Europe et en France, **deux spécialités pâtisseries cohabitent : la galette et la couronne**. En Belgique et dans les deux tiers nord de la France, on tire en effet les rois autour d'une **galette de pâte feuilletée fourrée de frangipane**. Dans le sud de la France en revanche, il s'agit d'une **couronne briochée**, souvent parfumée de fleur d'oranger et garnie de fruits confits. Dans les pays du sud comme le Portugal, l'Espagne ou la Grèce, c'est également une couronne de brioche qui est traditionnellement partagée. **Les enfants dégusteront la galette jeudi 8 !**



Couronne des rois aux fruits confits







Élémentaires

Lundi 5

Betteraves
Raviolis de légumes
Chanteneige  **
Mousse au chocolat








Goûter : baguette, St Môret, fruit

Mardi 6

Œufs durs  
Tarte Régat du potager
Haricots verts persillés 
Yaourt  **
Fruit   **






Goûter : pain au lait, chocolat, lait

Mercredi 7

Salade de maïs
Sauté de dinde  sauce charcutière 
Égréné végétal  sauce provençale 
Coquillettes  
Gouda 
Fruit





Goûter : madeleines, compote, jus

Jeudi 8

Calamars à la romaine
Lentilles au jus   
Vache qui rit  **
Galette des rois 


Goûter : galettes au beurre, fruit, jus

Vendredi 9





Chou blanc au sésame
Bœuf  sauce chasseur 
Filet meunière ~ citron
Duo pommes de terre ~ haricots verts
Cantal jeune  **
Fruit  **

Goûter : pain au lait chocolat, compote, lait






Maternelles

Betteraves
Raviolis de légumes
Chanteneige  **
Mousse au chocolat






Goûter : baguette, bûche aux deux laits, fruit

Œufs durs  
Tarte Régat du potager
Haricots verts persillés 
Yaourt  **
Fruit   **





Goûter : pain au lait, chocolat, lait

Salade de maïs
Sauté de dinde  sauce charcutière 
Coquillettes  
Gouda 
Fruit

Goûter : cake marbré chocolat, compote, sirop

Calamars à la romaine
Lentilles au jus   
Vache qui rit  **
Galette des rois 


Goûter : baguette, confiture, fruit



Chou blanc au sésame
Bœuf  sauce chasseur 
Duo pommes de terre ~ haricots verts
Cantal jeune  **
Fruit  **

Goûter : baguette, pâte à tartiner, lait


 Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique

 Plat maison conçu et mitonné au Syrec

 Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives


  Produit ou ingrédient AOP ou IGP

 Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

 Viande Label Rouge française

 Produit Fermier

 Issu du commerce équitable


 Produit certifié HVE

 La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles
Assaisonnement à part 

Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.



Par ici la bonne soupe !

L'hiver est installé, heureusement les soupes sont là pour nous réconforter ! Comme elles ont longtemps constitué la base de notre alimentation, **beaucoup d'expressions française contiennent le mot soupe**. **Être soupe au lait**, par exemple, c'est se mettre en colère aussi vite que le lait déborde de la casserole. **Faire la soupe à la grimace**, c'est manifester sa mauvaise humeur. Quelque chose ou quelqu'un qui arrive **comme un cheveu sur la soupe** tombe à un moment où on ne s'y attendait pas. **Cracher dans la soupe** signifie mépriser et critiquer quelque chose ou quelqu'un dont on n'aurait pourtant bien du mal à se passer. Enfin, l'expression **c'est dans les vieux pots qu'on fait les meilleurs soupes** nous rappelle de façon imagée que rien ne vaut l'expérience de la vie.

Élémentaires

Lundi 12

Salade de carottes 🥕
Omelette 🍳
Printanière de légumes
Camembert
Compote de pomme 🍏

Goûter : moelleux au citron, multivités

Mardi 13

Sauté de bœuf 🥩 aux pruneaux 🍑
Boulettes lentilles corail ~ patate douce 🍠
Frites
Samos
Fruit 🍏 **

Goûter : madeleines, lait

Mercredi 14

Potage Darblay ? 🥕
Filet de hoki sauce cubaine 🍷
Carottes fondantes 🥕
Petits suisses
Fruit

Goûter : pain au lait, pâte à tartiner, jus

Jeudi 15

Salade iceberg
Sauté de poulet 🍗 sauce à la crème 🍷
Pané de blé ~ épinards
Gratin brocolis ~ pommes de terre 🥔
Chanteneige 🍷 **
Purée pomme ~ banane

Goûter : gaufrette à la vanille, fruit, jus

Vendredi 16

Saucisson sec* 🍖
[subs : Sardine à l'huile ~ citron]
Penne 🍝 ~ râpé
bolognaise végétale 🍷
Crème au chocolat

Goûter : barre bretonne, lait, fruit

Maternelles

Salade de carottes 🥕
Omelette 🍳
Printanière de légumes
Camembert
Compote de pomme 🍏

Goûter : baguette, chocolat, jus

Sauté de bœuf 🥩 aux pruneaux 🍑
Frites
Samos
Fruit 🍏 **

Goûter : pain aux céréales, confiture, lait

Potage Darblay ? 🥕
Filet de hoki sauce cubaine 🍷
Carottes fondantes 🥕
Petits suisses
Fruit

Goûter : pain au lait chocolat, compote, sirop


Salade iceberg
Sauté de poulet 🍗 sauce à la crème 🍷
Gratin brocolis ~ pommes de terre 🥔
Chanteneige 🍷 **
Purée pomme ~ banane


Goûter : baguette, beurre, fruit


Saucisson sec* 🍖
[subs : Sardine à l'huile ~ citron]
Penne 🍝 ~ râpé
bolognaise végétale 🍷
Crème au chocolat

Goûter : barre bretonne, lait, fruit


 Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique

 Plat maison conçu et mitonné au Syrec

 Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

 Produit ou ingrédient AOP ou IGP

 Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

 Viande Label Rouge française

 Produit Fermier

 Issu du commerce équitable

 Produit certifié HVE

 La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

? Potage Darblay : julienne de légumes, pommes de terre, cerfeuil

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles
Assaisonnement à part



Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.



menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 19 au 23 janvier 2026

Ici vos menus



mis à jour quotidiennement



L'emblème du Liban est le cèdre, symbole de force et de liberté

Le soleil du Liban s'invite à la table du Syrec

Le jeudi 22, le Syrec rend hommage à la **cuisine libanaise**. Le Liban est reconnu pour sa **gastronomie riche et gourmande**, à la jonction de la **Méditerranée** et de l'**Orient**. Les **mezzés** à partager sont emblématiques de sa cuisine variée et colorée. Le **houmous** (purée de pois chiche), le **moutabal** (caviar d'aubergines grillées) et le **taboulé** (à base de boulghour et de persil plat) en sont les spécialités incontournables, à accompagner avec du **pain pita**. Les plus connus des plats salés sont en forme de **boulettes**. Les **keftas** sont préparées à base de bœuf haché tandis que les **falafels** sont façonnés à partir de purée de pois chiche ou de fèves. En dessert, le **baklava**, à base de pâte filo, de sucre, de cannelle et de fleur d'oranger, apporte toute la douceur de l'Orient !



Les mezzés reflètent la culture du partage libanaise

Lundi 19

Salade coleslaw 🍴
Dahl de lentilles 🍴🌱🌱
Riz 🍴
Saint Môret 🍴**
Fruit 🍴🌱**

Goûter : gaufre liégeoise chocolat, multivitamins

Mardi 20

Poulet rôti 🍴🌱
Palet carottes ~ herbes de Provence 🍴
Petits pois à la française 🍴
Camembert
Fruit 🍴**

Goûter : crêpe au chocolat, fruit

Mercredi 21

Salade de maïs et cœurs de palmier 🍴
Spaghetti 🍴 sauce du Chef 🍴
Yaourt aromatisé
Fruit

Goûter : pain au lait, chocolat, lait

Jeudi 22

Menu libanais

Concombres à la libanaise 🍴
Falafels
Boulghour 🍴 sauce tomate 🍴
Vache qui rit 🍴**
Pâtisserie orientale

Goûter : madeleine, lait fraise, fruit

Vendredi 23

Carottes râpées 🍴🌱**
Filet meunière ~ citron
Salsifis au beurre d'agrumes 🍴
Fromage blanc aromatisé 🍴
Madeleine

Goûter : pain d'épices, beurre, jus

Élémentaires

Maternelles

Potage de légumes verts 🍴
Dahl de lentilles 🍴🌱🌱
Riz 🍴
Saint Môret 🍴**
Fruit 🍴🌱**

Goûter : baguette, pâte à tartiner, sirop

Poulet rôti 🍴🌱
Petits pois à la française 🍴
Camembert
Fruit 🍴**

Goûter : crêpe au chocolat, fruit, sirop

Salade de maïs et cœurs de palmier 🍴
Spaghetti 🍴 sauce du Chef 🍴
Yaourt aromatisé
Fruit

Goûter : pain au lait, chocolat, lait

Menu libanais

Concombres à la libanaise 🍴
Falafels
Boulghour 🍴 sauce tomate 🍴
Vache qui rit 🍴**
Pâtisserie orientale

Goûter : baguette viennoise, confiture, fruit

Carottes râpées 🍴🌱**
Filet meunière ~ citron
Salsifis au beurre d'agrumes 🍴
Fromage blanc aromatisé 🍴
Madeleine

Goûter : pain aux céréales, St Môret, jus

🍴 Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique

🍴 Plat maison conçu et mitonné au Syrec

📍 Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

🏆 Produit ou ingrédient AOP ou IGP

🐷 Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

🍴 Viande Label Rouge française

🌱 Produit Fermier

🍴 Issu du commerce équitable

🏆 Produit certifié HVE



La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles
Assaisonnement à part



Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.



menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 26 au 30 janvier 2026

Ici vos menus



mis à jour quotidiennement



Curry de chou-fleur et pois chiche

Ingrédients pour 4 personnes :

- 1/2 chou-fleur
- 200 g de pois chiche
- 1 oignon et 1 gousse d'ail
- 200 ml de lait de coco
- Curry, paprika et cumin en poudre
- Huile, sel

1. Hacher l'oignon et le faire sauter dans l'huile.
2. Quand il est translucide, ajouter l'ail haché et une cuillère à café de chacune des trois épices.
3. Ajouter le chou-fleur détaillé en petits bouquets, bien mélanger.
4. Verser le lait de coco, compléter avec de l'eau jusqu'à hauteur des bouquets de chou-fleur.
5. Laisser mijoter environ 20 minutes à couvert, jusqu'à ce que le chou-fleur soit croquant.
6. Ajouter les pois chiche et poursuivre la cuisson 5 minutes, toujours à feu doux.
7. En fin de cuisson, saler selon votre goût pour faire ressortir l'assaisonnement
8. Servir avec du riz.

Lundi 26

Betteraves
Gnocchis
sauce fromagère 🍷
Crème dessert à la vanille
Fruit 🍏 **

Goûter : madeleines, lait

Mardi 27

Œufs durs 🍳
Boulettes de bœuf 🍖 sauce tomate 🍷
Boulettes de pois chiche sauce tomate 🍷
Pomme de terre sautées
Fromage blanc 🍓 **
Fruit 🍏 🍌 **

Goûter : galettes au beurre, lait fraise, fruit

Mercredi 28

Tortilla
Épinards à la crème 🍷
Cantal 🍷
Semoule au lait

Goûter : brioche pépites de chocolat, fruit

Jeudi 29

Potage de légumes verts 🍷
Brandade de poisson 🍷
Yaourt aromatisé
Galettes St Michel

Goûter : pain au lait, confiture, jus

Vendredi 30

Saucisse de volaille
Filet de poisson corn flakes
Nouvelle recette
Curry de chou-fleur et pois chiche 🍷
Fromage blanc
Fruit

Goûter : Crêpe au chocolat, jus

Élémentaires

Maternelles

Betteraves
Gnocchis
sauce fromagère 🍷
Crème dessert à la vanille
Fruit 🍏 **

Goûter : baguette viennoise, chocolat, lait

Œufs durs 🍳
Boulettes de bœuf 🍖 sauce tomate 🍷
Pomme de terre sautées
Fromage blanc 🍓 **
Fruit 🍏 🍌 **

Goûter : baguette, confiture, jus

Tortilla
Épinards à la crème 🍷
Cantal 🍷
Semoule au lait

Goûter : pain au chocolat, fruit, sirop

Salade de chou rouge
Brandade de poisson 🍷
Yaourt aromatisé
Galettes St Michel

Goûter : pain aux céréales, beurre, fruit

Saucisse de volaille
Filet de poisson corn flakes
Nouvelle recette
Curry de chou-fleur et pois chiche 🍷
Fromage blanc
Fruit

Goûter : brioche, pâte à tartiner, jus

🍏 Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique

🍷 Plat maison conçu et mitonné au Syrec

📍 Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

🏆 Produit ou ingrédient AOP ou IGP

🐖 Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

🍖 Viande Label Rouge française

🌻 Produit Fermier

🏠 Issu du commerce équitable

🏆 Produit certifié HVE

🍞 La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles
Assaisonnement à part



Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.






Crêpes faciles et légères

Ingrédients pour environ 20 crêpes :

- 375 g de farine
- 6 œufs
- 1 litre de lait
- 75 g de sucre
- 2 pincées de sel
- En option : vanille liquide, rhum ou eau de fleur d'oranger








1. Dans un saladier, mélanger la farine, le sucre et le sel. Creuser un puits.
2. Casser les œufs dans le puits et les incorporer un par un en faisant tomber progressivement la farine pour éviter la formation de grumeaux.
3. Lorsque tous les œufs sont incorporés, ajouter le lait par petites quantités, en mélangeant bien au fur et à mesure. Ajouter le parfum de votre choix.
4. Faire cuire des 2 côtés dans une poêle huilée bien chaude.
5. Déguster avec du sucre, de la confiture, du miel, de la pâte à tartiner, etc...

Lundi 2

Œuf dur  ~ mayonnaise
 Pizza des cimes
 Salade verte
 Yaourt  **
 Crêpe
 C'est la Chandeleur !



Goûter : baguette, St Morêt, fruit

Mardi 3

Salade de pomme de terre au thon 
 Émincé de volaille  sauce suprême 
 Quenelles nature sauce suprême 
 Beignets de chou-fleur
 Yaourt  **
 Fruit   **







Goûter : pain au lait, chocolat, lait

Mercredi 4

Céleri remoulade
 Filet meunière ~ citron
 Macaronis   ~ fromage râpé
 Purée pomme ~ fraise






Goûter : madeleines, compote, jus

Jeudi 5

Carottes râpées    **
 Pané de blé épinard ~ emmental
 Haricots blancs  à la tomate 
 Vache qui rit  **
 Mousse au chocolat noir

Goûter : galettes au beurre, fruit, jus



Vendredi 6

Blanquette de veau 
 Blanquette de poisson 
 Riz créole  
 Fromage blanc aromatisé
 Fruit  **







Goûter : pain au lait au chocolat, compote, lait

Élémentaires



Maternelles

Œuf dur  ~ mayonnaise
 Pizza des cimes
 Salade verte
 Yaourt  **
 Crêpe
 C'est la Chandeleur !







Goûter : baguette, bûche aux deux laits, fruit

Salade de pomme de terre au thon 
 Émincé de volaille  sauce suprême 
 Beignets de chou-fleur
 Yaourt  **
 Fruit   **





Goûter : pain au lait, chocolat, lait

Céleri remoulade
 Filet meunière ~ citron
 Macaronis   ~ fromage râpé
 Purée pomme ~ fraise

Goûter : cake marbré chocolat, compote, sirop

Carottes râpées    **
 Pané de blé épinard ~ emmental
 Haricots blancs  à la tomate 
 Vache qui rit  **
 Mousse au chocolat noir


Goûter : baguette viennoise, confiture, fruit


Blanquette de veau 
 Riz créole  
 Fromage blanc aromatisé
 Fruit  **

Goûter : baguette, pâte à tartiner, lait

 Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique


 Plat maison conçu et mitonné au Syrec

 Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

 Produit ou ingrédient AOP ou IGP

 Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

 Viande Label Rouge française

 Produit Fermier

 Issu du commerce équitable

 Produit certifié HVE

 La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
 L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles
 Assaisonnement à part



Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.



menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 9 au 13 février 2026

Ici vos menus



mis à jour quotidiennement



Blondes, vertes ou corail, au Syrec les lentilles sont toujours bio !

Le 10 février, c'est la Journée internationale des légumineuses

Les **légumineuses** sont des plantes dont les fruits comestibles sont contenus dans **des gousses** : lentilles, pois chiches, haricots blancs et rouges, fèves, flageolets, pois cassés, soja... Il en existe **plus de 13 000 variétés** ! Ces fruits sont souvent conservés et consommés sous forme séchée, d'où leur appellation de **légumes secs**. Les légumineuses sont **riches en protéines végétales** et sont donc **de bonnes alternatives aux protéines animales**. De plus, **les fibres** contenues dans les légumineuses **améliorent le transit intestinal** et procurent **un sentiment de satiété**. En d'autres termes, ça cale ! Mardi 10 février, le **plat végétarien maison** associe patate douce et lentilles corail. **Au Syrec, les lentilles sont toujours bio et cultivées localement.**



Le pois cassé est une variété tardive de petit pois

Élémentaires

Lundi 9

Velouté de carottes 🍷
Omelette 🍳
Trio de légumes 🍷
Gouda jeune 🍷
Fruit 🍏

Goûter : moelleux au citron, multifruits

Mardi 10

Curry de bœuf 🍷
Boulettes lentilles corail patate douce 🍷
sauce curry 🍷
Pommes de terre rissolées
Saint-Môret 🍷
Fruit 🍏

Goûter : madeleines, lait

Mercredi 11

Crêpe au fromage
Filet de colin sauce cajun 🍷
Carottes au jus 🍷
Petits suisses
Fruit

Goûter : pain au lait, pâte à tartiner, jus

Jeudi 12

Salade de betteraves
Œufs 🍷 à la florentine
Épinards ~ pommes de terre 🍷
Samos
Purée de pomme 🍏

Goûter : gaufrette à la vanille, fruit, jus

Vendredi 13

Chou blanc au sésame
Poulet rôti 🍷
Palet carottes ~ herbes de Provence 🍷
Purée de potimarron 🍷
Crème à la vanille

Goûter : barre bretonne, lait, fruit

Maternelles

Salade de cœurs de palmier 🍷
Omelette 🍳
Trio de légumes 🍷
Gouda jeune 🍷
Fruit 🍏

Goûter : baguette, chocolat, jus

Curry de bœuf 🍷
Pommes de terre rissolées
Saint-Môret 🍷
Fruit 🍏

Goûter : pain aux céréales, confiture, lait

Crêpe au fromage
Filet de colin sauce cajun 🍷
Carottes au jus 🍷
Petits suisses
Fruit

Goûter : pain au lait chocolat, compote, sirop

Salade de betteraves
Œufs 🍷 à la florentine
Épinards ~ pommes de terre 🍷
Samos
Purée de pomme 🍏

Goûter : baguette, beurre, fruit

Chou blanc au sésame
Poulet rôti 🍷
Purée de potimarron 🍷
Crème à la vanille

Goûter : barre bretonne, lait, fruit

AB Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique

🏠 Plat maison conçu et mitonné au Syrec

📍 Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

🏆 Produit ou ingrédient AOP ou IGP

🐷 Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

🍖 Viande Label Rouge française

☀️ Produit Fermier

📦 Issu du commerce équitable

🏆 Produit certifié HVE



La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

❓ Potage Darblay : julienne de légumes, pommes de terre, cerfeuil

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles
Assaisonnement à part



Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.



menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 16 au 20 février 2026

Ici vos menus



mis à jour quotidiennement



Le Cheval est l'un des signes les plus énergiques du zodiaque !

Cette semaine, la Chine entre dans l'année du Cheval de feu !











L'horoscope chinois, ou shēngxiào, est basé sur douze animaux-signes. Un animal et ses caractéristiques sont associés à chaque année du calendrier dans un ordre prédéfini et reviennent de façon cyclique. Ces animaux sont le Rat, le Buffle, le Tigre, le Lapin, le Dragon, le Serpent, le Cheval, la Chèvre, le Singe, le Coq, le Chien et le Cochon. Chaque année est également associée à un élément inspiré des cinq planètes principales : le bois (Jupiter), le feu (Mars), la terre (Saturne), le métal (Vénus) et l'eau (Mercure). Le Cheval de feu est une combinaison puissante et rare ! Le cheval, symbole de liberté et d'énergie, s'associe à l'élément feu, qui ajoute intensité et passion. L'année 2026 est idéale pour poursuivre ses ambitions et relever les défis !



Chaque biscuit chinois contient un message porte-bonheur






Lundi 16

Menu bio

Dahl de lentilles   
Boulgour  pilaf 
Yaourt   
Fruit   




Goûter : gaufre liégeoise, multivitamins

Mardi 17

Concombres  
Colombo de porc*  
Omelette  
Printanière de légumes
Camembert
Beignet aux pommes

Goûter : crêpe au chocolat, fruit


Mercredi 18

Taboulé  à la menthe 
Croustillant au fromage
Brocolis au jus 
Fruit

Goûter : pain au lait, chocolat, lait




Jeudi 19

Menu chinois

Nems de légumes
Riz cantonnais à la crevette 
Yaourt aromatisé
Biscuit du bonheur chinois






Goûter : madeleine, lait fraise, fruit

Vendredi 20

Carottes râpées  
Filet de lieu sauce curry 
Pommes de terre sautées
Liégeois caramel vanille

Goûter : pain d'épice, beurre, jus




Menu bio

Dahl de lentilles   
Boulgour  pilaf 
Yaourt   
Fruit   

Goûter : baguette, pâte à tartiner, sirop


Concombres  
Colombo de porc*  
[subs : Omelette  ]
Printanière de légumes
Camembert
Beignet aux pommes

Goûter : baguette viennoise, confiture, fruit




Taboulé  à la menthe 
Croustillant au fromage
Brocolis au jus 
Fruit

Goûter : pain au lait, chocolat, lait

Menu chinois


Nems de légumes
Riz cantonnais à la crevette 
Yaourt aromatisé
Biscuit du bonheur chinois


Goûter : crêpe chocolat, fruit, sirop



Carottes râpées  
Filet de lieu sauce curry 
Pommes de terre sautées
Liégeois caramel vanille

Goûter : pain aux céréales, St-Môret, jus


 Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique


 Plat maison conçu et mitonné au Syrec

 Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

  Produit ou ingrédient AOP ou IGP

 Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

 Viande Label Rouge française

 Produit Fermier

 Issu du commerce équitable

 Produit certifié HVE



La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiens indiqués en vert sont végétariens

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles
Assaisonnement à part



Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.



menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 23 au 27 février 2026

Ici vos menus



mis à jour quotidiennement

Vacances scolaires

Fêtons les vacances avec ces petits jeux d'hiver !



Charade

- Mon 1^{er} est un synonyme de garçon
- Mon 2^e suit le chiffre 1
- Mon 3^e tombe en hiver
- On ne peut faire mon tout que l'hiver !

Rébus

C'est normal qu'il fasse froid :



Devinette

- Je suis minuscule et très froid
 - Je tombe du ciel par milliers
 - Dès que tu me prends tiens ta main, je fonds
 - Je suis fais de jolis cristaux géométriques
- Je suis...**



Réponses dans l'ordre des énigmes : Bonhomme de neige (bonhomme-deux-neige) : C'est l'hiver (sel-i-ver), Je suis un flocon

Lundi 23

Rillettes de thon
Gnocchis sauce du chef
Yaourt aromatisé
Fruit
Galette St Michel

Goûter : madeleines, lait

Mardi 24

Boulettes de bœuf sauce tomate
Boulettes de pois chiche sauce tomate
Frites
Fromage blanc
Fruit

Goûter : galettes au beurre, lait fraise, fruit

Mercredi 25

Carottes râpées
Omelette
Ratatouille ~ riz pilaf
Saint-Nectaire
Crème au chocolat

Goûter : brioche pépites de chocolat, fruit

Jeudi 26

Potage Dubarry
Croque-fromage
Salade iceberg
Yaourt aromatisé
Fruit

Goûter : pain au lait, confiture, jus

Vendredi 27

Couscous au poisson
Semoule
Légumes à couscous
Vache qui rit
fruit

Goûter : Crêpe au chocolat, jus

Élémentaires

Maternelles

Rillettes de thon
Gnocchis sauce du chef
Yaourt aromatisé
Fruit
Galette St Michel

Goûter : baguette viennoise, chocolat, lait

Boulettes de bœuf sauce tomate
Frites
Fromage blanc
Fruit

Goûter : baguette, confiture, jus

Carottes râpées
Omelette
Ratatouille ~ riz pilaf
Saint-Nectaire
Crème au chocolat

Goûter : pain au chocolat, sirop, fruit

Potage Dubarry
Croque-fromage
Salade iceberg
Yaourt aromatisé
Fruit

Goûter : pain aux céréales, beurre, fruit

Couscous au poisson
Semoule
Légumes à couscous
Vache qui rit
fruit

Goûter : brioche, pâte à tartiner, jus

Produit ou ingrédient issu de l'agriculture biologique

Plat maison conçu et mitonné au Syrec

Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe au sens des anciennes régions administratives

Produit ou ingrédient AOP ou IGP

Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont d'origine française

Viande Label Rouge française

Produit Fermier

Issu du commerce équitable

Produit certifié HVE

La baguette est à base de farine Label Rouge

Toutes nos vinaigrettes et sauces sont faites au Syrec

Les plats protidiques indiqués en vert sont végétariens

Potage Darblay : julienne de légumes, pommes de terre, cerfeuil

* Une substitution protéique au porc est systématiquement proposée
L'origine des viandes est quotidiennement transmise dans les restaurants (décret 1465 du 19/12/2002)

** Aide de l'Union Européenne à destination des écoles
Assaisonnement à part



Les menus et l'origine des produits peuvent être modifiés en raison de circonstances exceptionnelles ou sanitaires indépendantes de notre volonté. Retrouvez les menus mis à jour quotidiennement sur syrec-92.fr ou en scannant le QR code situé en entête.

