menus des écoles et accueils de loisirs
Semaine du 31 août au 4 septembre 2026

Ici vos menus
mis à jour quotidiennement

C'est la rentrée… et pas seulement scolaire !

Bonne rentrée à toutes et à tous ! Chaque année, retrouver le chemin de l'école procure à la fois grande joie et peur du changement. En effet, l'excitation de retrouver les copains et copines se mêle par exemple à l'appréhension de changer de professeur. Par définition, grandir, c'est inévitablement changer et avant tout, apprendre. Bien sûr, cette année sera l'occasion de **nouveaux apprentissages scolaires**, mais pas seulement. Car une nouvelle rentrée, c'est également la possibilité de **retrouver ton activité extra-scolaire préférée ou d' en découvrir une nouvelle** : sport collectif ou individuel, activité manuelle, pratique d'un instrument de musique, atelier de théâtre… Tous les goûts sont permis !

C'est la rentrée !

	Lundi 31	Mardi 1er	Mercredi 2	Jeudi 3	Vendredi 4
Élémentaires	Melon Chili sin carné Riz Yaourt aromatisé	Tomate Omelette Gratin brocolis ~pommes de terre Fromage ** Crème au chocolat	Filet de colin sauce curry Semoule Fromage blanc aromatisé Fruit	Concombres Quinoa Poëlée de légumes du soleil Fromage ** Purée de fruit	Colin corn flakes Purée de céleri Fromage ** Fruit **
Maternelles	Melon Chili sin carné Riz Yaourt aromatisé	Tomate Omelette Gratin brocolis ~pommes de terre Fromage ** Crème au chocolat	Filet de colin sauce curry Semoule Fromage blanc aromatisé Fruit	Concombres Quinoa Poëlée de légumes du soleil Fromage ** Purée de fruit	Colin corn flakes Purée de céleri Fromage ** Fruit **
	Goûter : galettes St Michel, compote, fruit	*Goûter : barre marbrée au chocolat, fruit*	*Goûter : baguette, confiture, lait*	*Goûter : viennnoise au chocolat, fruit*	*Goûter : pain complet, beurre, jus de pomme*

Produit ou ingrédient issu de l'**agriculture biologique**

Plat élaboré au Syrec à base de produits bruts ou très peu transformés

Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe

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

Produit ou ingrédient **AOP** ou **IGP**

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.**

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires

menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 7 au 11 septembre 2026

Ici vos menus

mis à jour quotidiennement

Sauce basquaise

Ingrédients pour 6 personnes :

- 2 oignons moyens et 1 gousse d'ail
- 2 poivrons verts
- 2 poivrons rouges
- 6 tomates
- Piment d'Espelette
- Huile d'olive, sel, poivre

1. Émincer les oignons et les faire sauter dans l'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.
2. Couper les poivrons en dés, les ajouter et faire cuit à couvert environ 10 minutes.
3. Rincer les tomates, les couper en 4 et les ajouter.
4. Presser la gousse d'ail et l'ajouter, ainsi qu'une cuillère à café de piment d'Espelette.
5. Couvrir et laisser mijoter à feu doux 15 minutes.
6. Après cuisson, ajuster l'assaisonnement en sel et poivre selon votre goût.

Note : la sauce basquaise peut accompagner de la volaille comme du poisson.
Vous pouvez intégrer la volaille dès l'étape 1, en la faisant dorer en même temps que les oignons.

	Lundi 7	Mardi 8	Mercredi 9	Jeudi 10	Vendredi 11
Élémentaires	Salade de pommes de terre Sauté de bœuf à la Mexicaine Quenelles sauce tomate Haricots verts persillés Fromage ** Fruit **	Pastèque Macaronis sauce champignons carottes Fromage ** Flanby	Concombres Émincé de dinde sauce basquaise Falafels à la sauce à la tomate Purée pommes de terre ~ carottes Fromage blanc aromatisé	Tomate Dhal de lentilles Riz Yaourt nature **	Salade verte Filet de poisson meunière Épinards ~ pommes de terre Fromage ** Fruit **
Maternelles	Salade de pommes de terre Sauté de bœuf à la Mexicaine Haricots verts persillés Fromage ** Fruit **	Pastèque Macaronis sauce champignons carottes Fromage ** Flanby	Concombres Émincé de dinde sauce basquaise Purée pommes de terre ~ carottes Fromage blanc aromatisé	Tomate Dhal de lentilles Riz Yaourt nature **	Salade verte Filet de poisson meunière Épinards ~ pommes de terre Fromage ** Fruit **
	Goûter : viennoise au chocolat, jus	*Goûter : madeleines, lait, fruit*	*Goûter : pain complet ,confiture, fruit*	*Goûter : baguette, pâte à tartiner, fruit*	*Goûter : pain au lait pépites de chocolat, lait*

- Produit ou ingrédient issu de l'**agriculture biologique**
- **Plat élaboré** au Syrec à base de produits bruts ou très peu transformés
- **Produit local** issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe
- Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont **d'origine française**
- Produit ou ingrédient **AOP** ou **IGP**
- 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.**

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires

menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 14 au 18 septembre 2026

Ici vos menus

mis à jour quotidiennement

L'Europe à l'honneur des menus à thème

Avec la rentrée scolaire, c'est **le grand retour des menus à thème mensuels** ! Leur objectif est de sortir un peu des sentiers battus afin de faire découvrir aux enfants des saveurs qu'ils n'ont pas forcément l'occasion de rencontrer par ailleurs. Cette année, nous les invitons à **voyager à travers les spécialités européennes**. À l'occasion de ce premier menu, **vendredi 18 septembre**, en entrée direction la **Grèce**, le pays de la **féta**. Nous nous rendrons ensuite en **Espagne** pour déguster une **paëlla de poisson au délicieux riz safrané**. Enfin, après un détour par la **Hollande** (province des **Pays-Bas)** et son fameux **Gouda**, nous redescendrons au **Portugal** nous régaler d'un **pastel de nata**.

Au pluriel, le pastel de nata devient pasteis de nata

	Lundi 14	Mardi 15	Mercredi 16	Jeudi 17	Vendredi 18
Élémentaires	Saucisse de volaille Omelette Carottes ~pommes de terre fromage ** Fruit **	Oeufs durs Pizza soleillade Haricots verts à la Portuguaise Fromage ** Pastèque	Boulettes de bœuf au curry Palets carottes herbes de Provence sauce curry Boulgour Petit suisse nature Fruit	Melon jaune Penne bolognaise végétale Fromage ** Purée de pomme	**Menu spécial Europe** ***Grèce :*** Salade de tomate à la féta ***Espagne :*** Paëlla de poisson safranée ***Hollande :*** Gouda ** ***Portugal :*** Pastel de nata
Maternelles	Saucisse de volaille Carottes ~pommes de terre fromage ** Fruit **	Oeufs durs Pizza soleillade Haricots verts à la Portuguaise Fromage ** Pastèque	Boulettes de bœuf au curry Boulgour Petit suisse nature Fruit	Melon jaune Penne bolognaise végétale Fromage ** Purée de pomme	**Menu spécial Europe** ***Grèce :*** Salade de tomate à la féta ***Espagne :*** Paëlla de poisson safranée ***Hollande :*** Gouda ** ***Portugal :*** Pastel de nata
	Goûter : *baguette viennoise au chocolat, jus*	***Goûter :*** *barre marbrée au chocolat, lait*	***Goûter :*** *pain aux céréales, beurre, jus*	***Goûter :*** *pain au lait, chocolat, fruit*	***Goûter :*** *baguette, Vache-qui-rit, fruit*

Produit ou ingrédient issu de l'**agriculture biologique**

Plat élaboré au Syrec à base de produits bruts ou très peu transformés

Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe

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

Produit ou ingrédient **AOP** ou **IGP**

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.

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires

menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 21 au 25 septembre 2026

Ici vos menus

mis à jour quotidiennement

Les gnocchis, ces chouchous venus d'Italie

Les enfants raffolent des **gnocchis**, comme de la plupart des **pâtes alimentaires** ! **Originaires d'Italie**, les gnocchis sont le plus souvent façonnés avec **un mélange de farine de blé et de purée de pomme de terre**. Néanmoins, ils étaient présents dans la cuisine italienne avant même l'arrivée de ce fameux tubercule en Europe. À base de chapelure, ils étaient alors composés d'autres purées de légumes comme la **citrouille**, la **carotte**, les **blettes**, etc. Dans le commerce, les gnocchis sont le plus souvent déjà façonnés voire cuits à l'eau et **prêts à être poêllés** ou **cuisinés en sauce**, comme ceux servis au Syrec le **mardi 22** avec une gourmande **sauce fromagère**. Avec un peu de patience, il est aussi possible de façonner ses propres gnocchis maison.

	Lundi 21	Mardi 22	Mercredi 23	Jeudi 24	Vendredi 25
Élémentaires	Salade de maïs et tomate vinaigrette Steack haché Croustillant au fromage frais Haricots blancs à la tomate Fromage Fruit	Carottes râpées Gnocchis sauce fromagère Yaourt ** Purée de fruit	Émincé de volaille Sauce provençale Quenelles sauce crème Brocolis ~ pommes de terre Fromage blanc nature Fruit	Œuf dur ~ mayonnaise Cari réunionnais aux deux lentilles Riz Fromage ** Fruit **	Taboulé à la menthe Filet de colin sauce cajun Trio de légumes Fromage ** Fruit
Maternelles	Salade de maïs et tomate vinaigrette Steack haché Haricots blancs à la tomate Fromage Fruit	Carottes râpées Gnocchis sauce fromagère Yaourt ** Purée de fruit	Émincé de volaille Sauce provençale Brocolis ~ pommes de terre Fromage blanc nature Fruit	Œuf dur ~ mayonnaise Cari réunionnais aux deux lentilles Riz Fromage ** Fruit **	Taboulé à la menthe Filet de colin sauce cajun Trio de légumes Fromage ** Fruit
	Goûter : baguette viennoise, jus	*Goûter : barre marbrée au chocolat, lait, fruit*	*Goûter : baguette, confiture, compote*	*Goûter : pain complet, chocolat, lait*	*Goûter : gâteau fourré pépites de chocolat, jus*

Produit ou ingrédient issu de l'**agriculture biologique**

Plat élaboré au Syrec à base de produits bruts ou très peu transformés

Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe

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

Produit ou ingrédient **AOP** ou **IGP**

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.**

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires

menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 28 sept. au 2 octobre 2026

Ici vos menus

mis à jour quotidiennement

Le paprika : le piment doux qui relève vos plats

Le paprika est une épice issue d'une variété de piment doux séché puis réduit en poudre. Il a deux qualités essentielles en cuisine : **il relève les plats sans piquer** et leur apporte **une jolie touche de rouge** ! Très reconnaissable à sa **couleur écarlate**, le paprika provient du ***capsicum annuum***, une plante originaire de Colombie dont sont issus également **les poivrons** et la plupart des variétés de piments. Le paprika que l'on consomme en France provient majoritairement de **Hongrie** et son nom français est issu du hongrois ***fűszerpaprika***. D'autres piments doux s'utilisent fréquemment en cuisine comme le **piment d'Espelette basque** ou le **pimentón espagnol**. **Lundi 28 septembre**, le paprika donnera du peps au sauté de bœuf !

	Lundi 28	Mardi 29	Mercredi 30	Jeudi 1er	Vendredi 2
Élémentaires	Sauté de bœuf au paprika avec des haricots rouges Haricots rouges sauce cacahuètes Carottes persillées Fromage Fruit **	Tomate Légumes couscous ~ pois chiche Semoule Petit suisse aux fruits	Salade coleslaw Poulet rôti Boulette végé aubergine ~ coriandre sauce à la tomate Frites Fromage blanc nature Purée de fraise	Pastèque Croustillant au fromage Purée de patates douces Yaourt nature ** Éclair au chocolat	Blanquette de poisson Riz Fromage ** Fruit **
Maternelles	Sauté de bœuf au paprika avec des haricots rouges Carottes persillées Fromage Fruit **	Tomate Légumes couscous ~ pois chiche Semoule Petit suisse aux fruits	Salade coleslaw Poulet rôti Frites Fromage blanc nature Purée de fraise	Pastèque Croustillant au fromage Purée de patates douces Yaourt nature ** Éclair au chocolat	Blanquette de poisson Riz Fromage ** Fruit **
	Goûter : baguette, Vache-qui-rit, jus	*Goûter : madeleines, lait, fruit*	*Goûter : pain complet, confiture, fruit*	*Goûter : baguette viennoise chocolat, lait*	*Goûter : pain aux céréales, beurre, jus*

Produit ou ingrédient issu de l'**agriculture biologique**

Plat élaboré au Syrec à base de produits bruts ou très peu transformés

Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe

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

Produit ou ingrédient **AOP** ou **IGP**

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.**

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires

menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 5 au 9 octobre 2026

Ici vos menus

mis à jour quotidiennement

Bolognaise de lentilles

Ingrédients pour 6 personnes :

- 300 g de lentilles vertes crues
- 600 g de concassé de tomates
- 2 oignons moyens et 2 gousses d'ail
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel et poivre
- Persil, basilic ou coriandre (au choix)

1. Dans une casserole, mettre les lentilles dans 900 ml d'eau froide. Porter à ébullition et laisser cuire environ 15 minutes à feu moyen.
2. Émincer les oignons et les faire légèrement dorer dans une grande poêle.
3. Égoutter les lentilles et presser les gousses d'ail. Tout ajouter dans la poêle, mélanger sur feu vif.
4. Ajouter les tomates concassées, saler poivrer et bien mélanger. Laisser mijoter environ 10 minutes, goûter et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.
5. Ciseler et ajouter l'herbe fraîche de votre choix juste avant de servir pour éviter qu'elle ne cuise.

Note : cette sauce se conserve très bien et peut être réchauffée sans problème. En accompagnement d'une céréale (pâtes, riz, quinoa, semoule, …), elle constitue un apport protidique suffisant.

	Lundi 5	Mardi 6	Mercredi 7	Jeudi 8	Vendredi 9
Élémentaires	Boulettes de bœuf sauce crème Boulettes de pois chiche sauce crème Boulgour Fromage ** Fruit	Salade coleslaw Tortilla Ratatouille Petit suisse aromatisé	Salade verte Poulet rôti Falafels coriandre ~ menthe Potatoes ~ ketchup Yaourt nature Coupelle de fruits	Concombre ** Bolognaise de lentilles Pâtes ~ emmental râpé Crème au chocolat	Taboulé à la menthe Filet de poisson sauce aurore Courgettes persillées Fromage Fruit
Maternelles	Boulettes de bœuf sauce crème Boulgour Fromage ** Fruit	Salade coleslaw Tortilla Ratatouille Petit suisse aromatisé	Salade verte Poulet rôti Potatoes ~ ketchup Yaourt nature Coupelle de fruits	Concombre ** Bolognaise de lentilles Pâtes ~ emmental râpé Crème au chocolat	Taboulé à la menthe Filet de poisson sauce aurore Courgettes persillées Fromage Fruit
	Goûter : baguette, confiture, lait	*Goûter : galettes St Michel, compote, fruit*	*Goûter : baguette, pâte à tartiner, fruit*	*Goûter : pain au lait, chocolat, fruit*	*Goûter : pain complet, beurre, jus*

- Produit ou ingrédient issu de l'**agriculture biologique**
- **Plat élaboré** au Syrec à base de produits bruts ou très peu transformés
- **Produit local** issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe
- Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont **d'origine française**
- Produit ou ingrédient **AOP** ou **IGP**
- 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.**

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires

menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 12 au 16 octobre 2026

Ici vos menus

mis à jour quotidiennement

C'est la Semaine du goût !

Chaque année au mois d'octobre, la **Semaine du Goût** revient nous stimuler les papilles ! **Créé en 1990**, cet évènement national a pour vocation d'**éveiller au goût tous les publics** et de **créer du lien autour de l'alimentation** entre élèves, familles, enseignants, producteurs, acteurs de la restauration collective et des métiers de bouche, etc. Pour cette **37e édition**, **le Syrec s'associe à son fournisseur Touflet boulanger** pour travailler sur un **accord met - pain**. À l'heure où nous éditons, tous les choix n'étant pas encore arrêtés nous ne pouvons les annoncer. Alors, pain aux olives ou aux noix ? Pain aux raisins ou au son ? Pavé au maïs ou nordique ? Une seule chose est sûre : **la surprise sera de mise !**

	Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16
Élémentaires	Sauté de boeuf aux lentilles sauce chasseur Lingot de légumineuses sauce basquaise Riz Fromage Fruit ** • petit pain individuel surprise	Salade coleslaw Légumes couscous ~ pois chiche Semoule Fromage ** Purée pomme ~ mirabelle • petit pain individuel surprise	Carottes râpées Nuggets de volaille Pané au fromage Duo haricots verts ~ flageolets Yaourt à boire aromatisé • petit pain individuel surprise	Œuf dur ~ mayonnaise Parmentier végétal Fromage ** Fruit ** • petit pain individuel surprise	Salade de maïs et betteraves Filet de poisson meunière Épinards à la crème Fromage Fruit ** • petit pain individuel surprise
Maternelles	Sauté de boeuf aux lentilles sauce chasseur Riz Fromage Fruit ** • petit pain individuel surprise	Salade coleslaw Légumes couscous ~ pois chiche Semoule Fromage ** Purée pomme ~ mirabelle • petit pain individuel surprise	Carottes râpées Nuggets de volaille Duo haricots verts ~ flageolets Yaourt à boire aromatisé • petit pain individuel surprise	Œuf dur ~ mayonnaise Parmentier végétal Fromage ** Fruit ** • petit pain individuel surprise	Salade de maïs et betteraves Filet de poisson meunière Épinards à la crème Fromage Fruit ** • petit pain individuel surprise
	Goûter : baguette viennoise chocolat, jus	*Goûter : madeleines, lait, fruit*	*Goûter : pain aux céréales, beurre, jus*	*Goûter : baguette, Vache-qui-rit, jus*	*Goûter : barre marbrée au chocolat, lait*

Produit ou ingrédient issu de l'**agriculture biologique**

Plat élaboré au Syrec à base de produits bruts ou très peu transformés

Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe

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

Produit ou ingrédient **AOP** ou **IGP**

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

Détail des plats composés :
Salade de pâtes à l'italienne : penne, mozzarella, basilic, vinaigrette aux tomates séchées

** 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.**

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires

menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 19 au 23 octobre 2026

Vacances scolaires

Ici vos menus

mis à jour quotidiennement

Légumes verts, tomate, chou-fleur, cucurbitacées : toutes les couleurs et saveurs du potager se dégustent en soupe !

Les bienfaits des soupes, potages et velouté

L'automne s'installe et les températures descendent. Quoi de mieux qu'un bon potage pour se réconforter ? **La soupe a longtemps été le plat principal** de la plupart des familles. Elle contenait à la fois les légumes, la viande, le fromage… et le pain ! Beaucoup de soupes sont encore de délicieux plats complets comme **la harira marocaine**, **la garbure** ou encore **le goulasch hongroise**. **Le potage** tient son nom du potager et contient essentiellement des légumes. **Riche en vitamine A et B et en fibres, il améliore le transit et l'hydratation**. Enfin, **le velouté** est un potage mixé et lié en fin de cuisson avec de la crème fraîche, ce qui lui donne son aspect lisse et soyeux. Celui qui inaugurera la la saison des soupes le **jeudi 22 octobre** est **à la carotte et au cumin**. Miam !

	Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23
Élémentaires	Poulet rôti Omelette Haricots verts ~ pommes de terre Fromage Fruit **	Céleri rémoulade Tarte butternut Salade verte Yaourt nature ** Purée de fruits	Salade de chou rouge Steak haché Pané végétal Macaronis au beurre ~ râpé Petit suisse aromatisé	Velouté de carottes au cumin Quinoa aux légumes du soleil Fromage Fruit **	Houmous ~ pain Écrasé de pomme de terre au colin Fromage ** Fruit **
Maternelles	Poulet rôti Haricots verts ~ pommes de terre Fromage Fruit **	Céleri rémoulade Tarte butternut Salade verte Yaourt nature ** Purée de fruits	Chou rouge Steak haché Macaronis au beurre ~ râpé Petit suisse aromatisé	Velouté de carottes au cumin Quinoa aux légumes du soleil Fromage Fruit **	Houmous ~ pain Écrasé de pomme de terre au colin Fromage ** Fruit **
	Goûter : baguette, confiture, compote	*Goûter : barre marbrée au chocolat, lait, fruit*	*Goûter : baguette, pâte à tartiner, fruit*	*Goûter : p'tit cake choco, lait, compote*	*Goûter : pain complet, beurre, jus*

- Produit ou ingrédient issu de l'**agriculture biologique**
- **Plat élaboré** au Syrec à base de produits bruts ou très peu transformés
- **Produit local** issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe
- Le bœuf, la volaille, le porc et les œufs sont **d'origine française**
- Produit ou ingrédient **AOP** ou **IGP**
- 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.**

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires

menus des écoles et accueils de loisirs

Semaine du 26 au 30 octobre 2026

Vacances scolaires

Ici vos menus

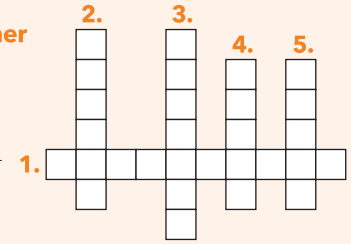
mis à jour quotidiennement

Des petits jeux à faire peur !

Une cucurbitacée à sculpter

- Mon premier se situe entre 5 et 7
- Mon second est synonyme de peur
- Mon tout est la star d'Halloween !

Des mots croisés pour pétocher



Une silhouette dans la nuit

Je suis le seul mammifère sachant voler.
Je passe presque tout mon temps la tête en bas.
Je suis un insectivore très utile à l'environnement.
J'ai inspiré à la fois les vampires... et Batman !
Je suis…

Réponses dans l'ordre des jeux : la citrouille (6 - trouille) ; 1. citrouille 2. zombie 3. fantôme 4. momie 5. toile ; Je suis la chauve-souris !

	Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29	Vendredi 30
Élémentaires	Salade de pâtes à l'italienne Sauté de bœuf sauce paprika Quenelles sauce paprika Brocolis Petit suisse nature ** Fruit **	Cari réunionnais aux deux lentilles Riz Fromage Fruit	Chou blanc au sésame Saucisse de volaille Croustillant de blé Purée courge ~ pomme de terre Yaourt aromatisé	Carottes râpées Spaghettis bolognaise végé Fromage Liégeois au chocolat	Filet de poisson sauce Nantua Pommes de terre sautées Fromage ** Fruit **
Maternelles	Salade de pâtes à l'italienne Sauté de bœuf sauce paprika Brocolis Petit suisse nature ** Fruit **	Cari réunionnais aux deux lentilles Riz Fromage Fruit	Chou blanc au sésame Saucisse de volaille Purée courge ~ pomme de terre Yaourt aromatisé	Carottes râpées Spaghettis bolognaise végé Fromage Liégeois au chocolat	Filet de poisson sauce Nantua Pommes de terre sautées Fromage ** Fruit **
	Goûter : baguette viennoise au chocolat, lait	*Goûter : baguette, confiture, compote*	*Goûter : galettes St Michel, compote, fruit*	*Goûter : pain au lait, chocolat, fruit*	*Goûter : pain complet, beurre, jus*

Produit ou ingrédient issu de l'**agriculture biologique**

Plat élaboré au Syrec à base de produits bruts ou très peu transformés

Produit local issu de la région Île-de-France ou d'une région limitrophe

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

Produit ou ingrédient **AOP** ou **IGP**

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

Détail des plats composés :
Salade de pâtes à l'italienne : penne, mozzarella, basilic, vinaigrette aux tomates séchées

** 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.

Les élémentaires bénéficient d'un goûter le mercredi et pendant les vacances scolaires