

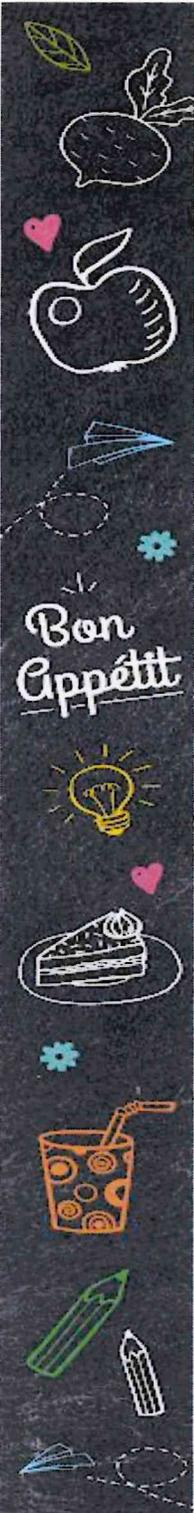
# Midi - Mairie de PARMAIN

## Menu du Lundi 7 Juillet au Vendredi 11 Juillet 2025

Lundi 7 Juillet	Mardi 8 Juillet	Mercredi 9 Juillet	Jeudi 10 Juillet	Vendredi 11 Juillet
Salade de haricots rouges aux oignons , Vinaigrette	<b>Tomates BIO</b> , Vinaigrette	Salade de pommes de terre, persil et oignon rouge	<b>Concombres BIO</b> , Vinaigrette	Oeuf mimosa
Sauté de <b>poulet BBC</b> au curry	Escalope de dinde panée aux 4 épices	Steak haché de boeuf	Falafels , Sauce blanche	Filet de <b>colin MSC</b> , Sauce à la crème
<b>Brocolis BIO</b> poêlés	Frites	<b>Fusillis BIO</b>	<b>Boulgour BIO</b>	Fondue d' <b>épinards BIO</b> à la crème
Laitage	Fromage	Laitage	Laitage	Fromage
Compote pommes et cassis	<b>Fruit BIO</b> de saison	Poire au coulis de framboises et amandes	Moelleux aux abricots	Salade de fruits du chef

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

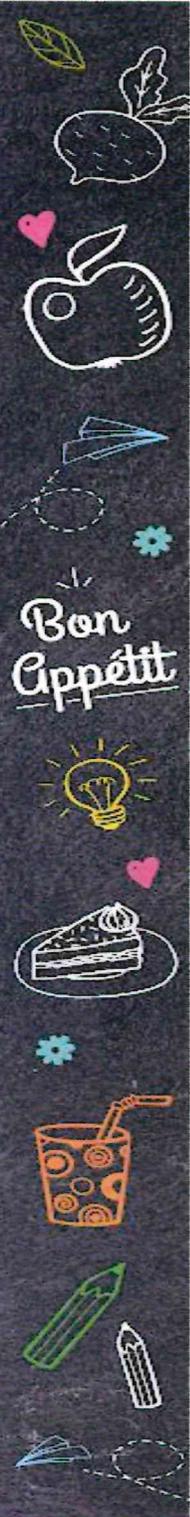
Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



# Midi - Mairie de PARMAIN

## Menu du Lundi 14 Juillet au Vendredi 18 Juillet 2025

Lundi 14 Juillet	Mardi 15 Juillet	Mercredi 16 Juillet	Jeudi 17 Juillet	Vendredi 18 Juillet
Saucisson à l'ail , Cornichons	Œuf dur mayonnaise	🌱 Radis , Beurre	🌱 Tomates BIO mozzarella , Vinaigrette	🌱 Concombres BIO , Sauce fromage blanc ciboulette
Filet de hoki à la provençale	🌱 Paella végétarienne	Saucisses de Strasbourg	Sauté de bœuf aux carottes	Escalope de dinde à la Franc-Comtoise
🌱 Ratatouille du chef	🌱 Riz BIO créole	🌱 Coquillettes BIO	🌱 Aubergines BIO grillées	🌱 Semoule BIO
Fromage	🌱 Laitage	Fromage	🌱 Laitage	Fromage
🌱 Suisse aromatisé	🌱 Crème dessert à la vanille	🌱 Fruit BIO de saison	🌱 Crumble pommes rhubarbes	🌱 Fruit BIO de saison



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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

# Midi - Mairie de PARMAIN

## Menu du Lundi 21 Juillet au Vendredi 25 Juillet 2025

Repas Végétarien				
Lundi 21 Juillet	Mardi 22 Juillet	Mercredi 23 Juillet	Jeudi 24 Juillet	Vendredi 25 Juillet
Melon	Friand au fromage	Taboulé à la <b>semoule BIO</b>	<b>Tomates BIO</b> , Vinaigrette	Pâté de campagne , Cornichons
Pastasotto de courgettes au fromage ail et fines herbes	Filet de merlu MSC au pesto	Quiche Lorraine du chef	Escalope de dinde , sauce Dijonnaise	Steak burger au veau
	<b>Haricots beurre BIO</b> vapeur	Chiffonnade de <b>salade verte BIO</b>	Écrasé de pommes de terre du chef	Ratatouille du chef
Laitage	Laitage	Fromage	Fromage	Laitage
Bâtonnet de glace au chocolat	<b>Fruit BIO</b> de saison	<b>Fruit BIO</b> de saison	Gâteau confiture chantilly	<b>Fruit BIO</b> de saison

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



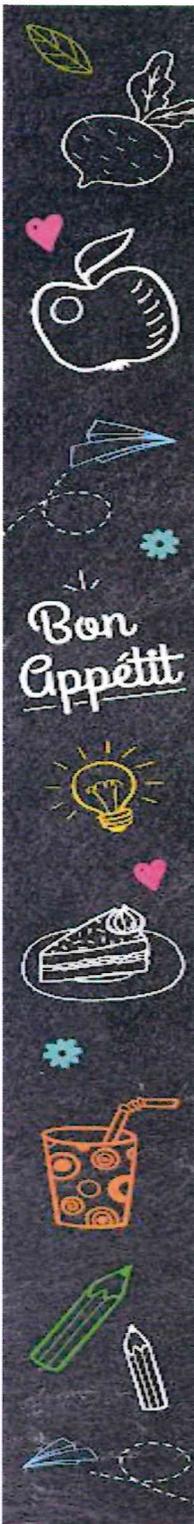
# Midi - Mairie de PARMAIN

## Menu du Lundi 28 Juillet au Vendredi 1 Août 2025

Repas Végétarien				
Lundi 28 Juillet	Mardi 29 Juillet	Mercredi 30 Juillet	Jeudi 31 Juillet	Vendredi 1 Août
Melon	Saucisson à l'ail , Cornichons	Tomates BIO , Vinaigrette	Lentilles corail façon houmous au persil et son toast	Samoussas aux légumes
Rôti de veau , Jus à l'oriental	Bruschetta à la tomate, mozzarella et basilic	Courgettes Provençales, crumble aux amandes et parmesan AOP	Calamars à la romaine , Sauce provençale	Escalope de dinde BBC , Sauce à la crème
Frites	Chiffonnade de <b>salade verte BIO</b>	<b>Semoule BIO</b>	Tomates rôties à l'ail	<b>Petits pois BIO</b> au jus
Fromage	Laitage	Fromage	Laitage	Fromage
Crème dessert praliné	<b>Fruit BIO</b> de saison	Far breton aux pommes	Salade de fruits du chef	<b>Fruit BIO</b> de saison

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



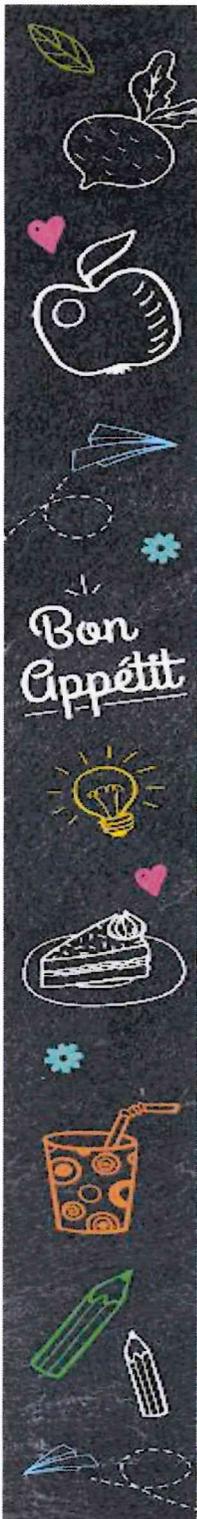
# Midi - Mairie de PARMAIN

## Menu du Lundi 4 Août au Vendredi 8 Août 2025

	Repas Végétarien				
	Lundi 4 Août	Mardi 5 Août	Mercredi 6 Août	Jeudi 7 Août	Vendredi 8 Août
Samoussas aux légumes		Concombres <b>BIO</b> , Vinaigrette	Carottes <b>BIO</b> râpées , Vinaigrette	Melon	Salade de riz <b>BIO</b> maïs et poivrons , Vinaigrette
Sauté de poulet au curry		Nuggets végétariens , Sauce tartare	Filet de saumon rôti , Sauce beurre blanc	Lasagnes Bolognaise du chef	Rôti de dinde façon blanquette
Petits pois <b>BIO</b> au jus		Pommes de terre persillées	Boulgour <b>BIO</b>	Chiffonnade de <b>salade verte</b> <b>BIO</b>	Gratin de courgettes <b>BIO</b>
Fromage		Fromage	Fromage	Laitage	Fromage
Fruit <b>BIO</b> de saison		Yaourt aux fruits	Abricots rôtis au miel	Tarte aux pêches	Smoothie bananes et fruits rouges

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



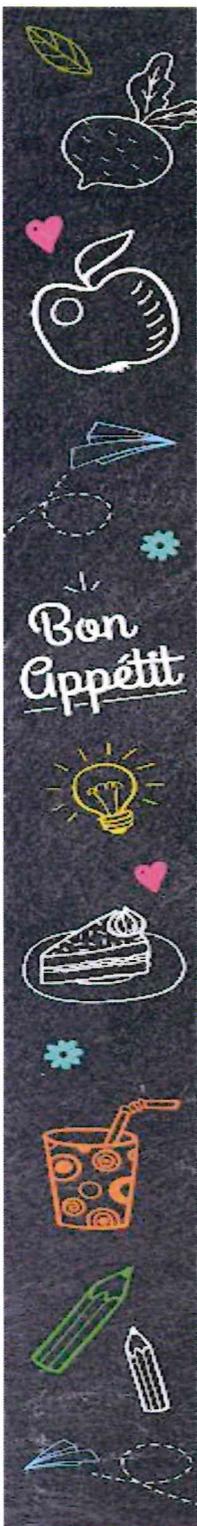
# Midi - Mairie de PARMAIN

## Menu du Lundi 11 Août au Jeudi 14 Août 2025

Repas Végétarien			
Lundi 11 Août	Mardi 12 Août	Mercredi 13 Août	Jeudi 14 Août
Pastèque	Taboulé à la <b>semoule BIO</b>	Pâté de campagne , Cornichons	<b>Betteraves BIO</b> , Sauce Bulgare
Tortellini ricotta épinards	Sauté de bœuf au paprika	Moussaka de thon aux légumes	Jambon blanc
Laitage	Frites	Laitage	<b>Petits pois BIO</b> au jus
Pot de glace	<b>Fruit BIO</b> de saison	<b>Fruit BIO</b> de saison	Roulé à la confiture d'abricot

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



# Midi - Mairie de PARMAIN

## Menu du Lundi 18 Août au Vendredi 22 Août 2025

	Repas Végétarien				
	Lundi 18 Août	Mardi 19 Août	Mercredi 20 Août	Jeudi 21 Août	Vendredi 22 Août
	Pastèque et <b>feta AOP</b>	<b>Carottes BIO</b> râpées à la vinaigrette	<b>Tomates BIO</b> , Vinaigrette	Melon	Toast au chèvre
	Gratin de la mer <b>colin MSC</b>	Burritos aux légumes	Omelette nature	Pizza à la bolognaise	Rôti de porc , Sauce aigre douce
	Tomates à la provençale	Chiffonnade de <b>salade verte BIO</b>	<b>Coquillettes BIO</b>	Chiffonnade de <b>salade verte BIO</b>	<b>Brocolis BIO</b> gratinés
	Fromage	Laitage	Fromage	Fromage	Laitage
	Semoule au lait	Bâtonnet de glace au chocolat	Fromage blanc aux fruits	Milkshake à la vanille	Flan nappé au caramel

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



# Midi - Mairie de PARMAIN

## Menu du Lundi 25 Août au Vendredi 29 Août 2025

Lundi 25 Août	Mardi 26 Août	Mercredi 27 Août	Jeudi 28 Août	Vendredi 29 Août
Salade de haricots rouges aux oignons, Vinaigrette	Tomates <b>BIO</b> , Vinaigrette	Salade de pommes de terre, persil et oignon rouge	<div style="border: 2px dashed purple; padding: 5px;">  Concombres <b>BIO</b>, Vinaigrette           </div>	Oeuf mimosa
Sauté de poulet <b>BBC</b> au curry	Escalope de dinde, Sauce au camembert	Steak haché de boeuf	<div style="border: 2px dashed purple; padding: 5px;">  Falafels, Sauce blanche           </div>	Filet de colin <b>MSC</b> , Sauce à la crème
Brocolis <b>BIO</b> poêlés	Frites	Fusillis <b>BIO</b>	<div style="border: 2px dashed purple; padding: 5px;">  Boulgour <b>BIO</b> </div>	Fondue d'épinards <b>BIO</b> à la crème
Laitage	Fromage	Laitage	Laitage	Fromage
Compote pommes et cassis	Fruit <b>BIO</b> de saison	Poire au coulis de framboises et amandes	<div style="border: 2px dashed purple; padding: 5px;">  Moelleux aux abricots           </div>	Salade de fruits du chef

Bon Appétit

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

# Midi - Mairie de PARMAIN

## Menu du Lundi 1 Septembre au Vendredi 5 Septembre 2025

Lundi 1 Septembre	Mardi 2 Septembre	Mercredi 3 Septembre	Jeudi 4 Septembre	Vendredi 5 Septembre
<b>Betteraves BIO</b> , Vinaigrette	Salade de <b>riz BIO</b> maïs et poivrons	<b>Concombres BIO</b> , Vinaigrette	<b>Pastèque BIO</b>	Tomates au basilic , Vinaigrette
Steak haché de boeuf , Sauce barbecue	Merguez , Jus à l'oriental	Jambon braisé	Cuisses de poulets à la texane	Lasagnes de <b>lentilles BIO</b> et julienne de légumes
<b>Fusillis BIO</b>	Légumes couscous	Écrasé de pommes de terre du chef	Frites	Chiffonnade de <b>salade verte BIO</b>
Laitage	Fromage	Fromage	Fromage	Laitage
Fromage	Liégeois au chocolat	<b>Fruit de saison BIO</b>	Clafoutis aux abricots du chef	<b>Fruit de saison BIO</b>

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



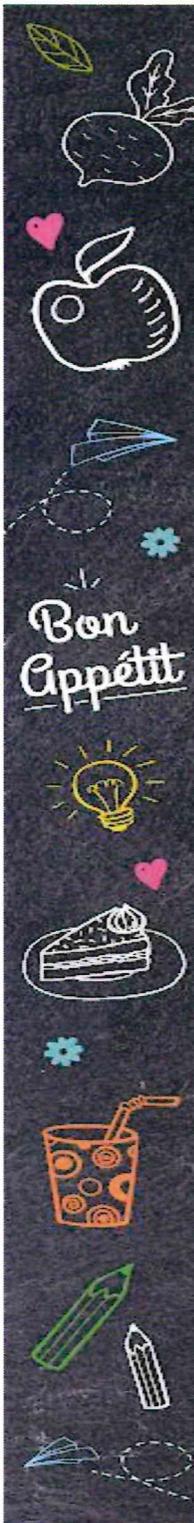
# Midi - Mairie de PARMAIN

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

Lundi 8 Septembre	Mardi 9 Septembre	Mercredi 10 Septembre	Jeudi 11 Septembre	Vendredi 12 Septembre
Mousse de foie , Cornichons	Concombres <b>BIO</b> , Vinaigrette	Carottes <b>BIO</b> râpées , Vinaigrette	Pastèque	Taboulé oriental ( <b>semoule Bio</b> )
Colombo de <b>colin MSC</b>	Rôti de porc aux champignons	Hachis Parmentier du chef	Sauce aux 3 fromages	Sauté de <b>poulet BBC</b> au curry
Haricots beurre persillés	Lentilles <b>HVE</b>	Chiffonnade de <b>salade verte BIO</b>	<b>Coquillettes HVE</b> à la farine de blé et pois chiche	<b>Courgettes BIO</b> braisées
Laitage	Fromage	Laitage	Fromage	Fromage
<b>Fruit de saison BIO</b>	Yaourt aux fruits	<b>Fruit de saison BIO</b>	Cake au fromage blanc et fruits du chef	<b>Fruit de saison BIO</b>

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



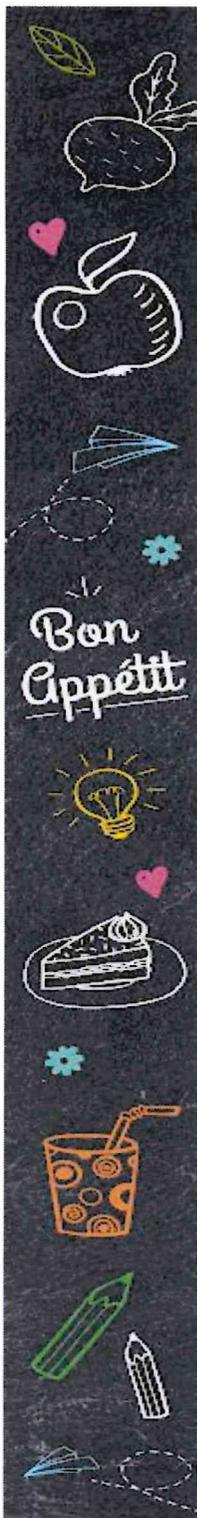
# Midi - Mairie de PARMAIN

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

Lundi 15 Septembre	Mardi 16 Septembre	Mercredi 17 Septembre	Jeudi 18 Septembre	Vendredi 19 Septembre
Tomates , Vinaigrette	Melon	Courgettes râpées aux raisins secs , Vinaigrette	Pâté de campagne	<b>Concombres BIO</b> , Sauce fromage blanc ciboulette
Nuggets à la volaille , Sauce ketchup	Carbonara de <b>saumon MSC</b>	<b>Rôti de dinde LABEL ROUGE</b> , Sauce forestière	Émincé de bœuf , Sauce à la thaïlandaise	Boulettes de blé façon thai
Frites	<b>Coquillettes BIO</b>	<b>Semoule BIO</b>	Poêlée Chinoise du chef	<b>Haricots verts BIO</b>
Laitage	Fromage	Fromage	Fromage	Laitage
<b>Fruit de saison BIO</b>	Crème dessert à la vanille	Suisse aromatisé	Moelleux chocolat	<b>Fruit de saison BIO</b>

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



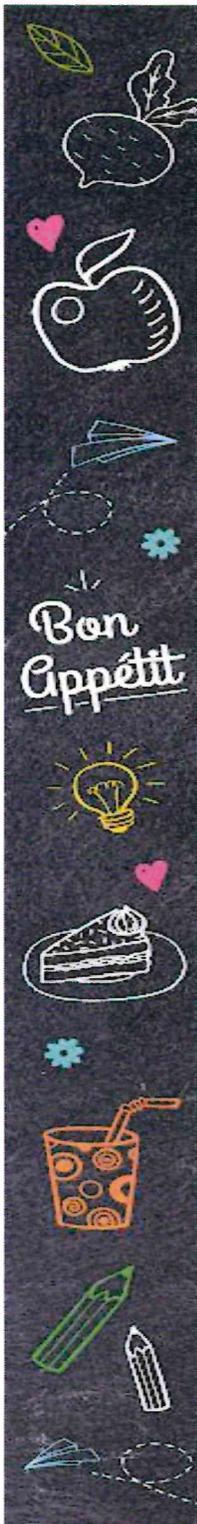
# Midi - Mairie de PARMAIN

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

Lundi 22 Septembre	Mardi 23 Septembre	Mercredi 24 Septembre	Jeudi 25 Septembre	Vendredi 26 Septembre
Salade de <b>coquillettes BIO</b> sauce cocktail	Melon	Toast au chèvre	Salade de tomates, basilic, vinaigre balsamique	<b>Concombres BIO</b> , Vinaigrette
Omelette fromagère	Tajine aux pois chiches, abricots secs et amandes torréfiées	Filet de <b>merlu MSC</b> , Sauce crevettes	Moussaka	Jambon blanc
<b>Petits pois BIO</b> au jus	<b>Semoule BIO</b>	Haricots beurre au persil	Chiffonnade de <b>salade verte BIO</b>	Pommes de terre rissolées
Laitage	Fromage	Laitage	Fromage	Fromage
<b>Fruit de saison BIO</b>	<b>Yaourt BIO</b> à la vanille	<b>Fruit de saison BIO</b>	Brownie au chocolat	Salade de fruits du chef

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



# Midi - Mairie de PARMAIN

## Menu du Lundi 29 Septembre au Vendredi 3 Octobre 2025

Lundi 29 Septembre	Mardi 30 Septembre	Mercredi 1 Octobre	Jeudi 2 Octobre	Vendredi 3 Octobre
Tomates , Vinaigrette	Taboulé oriental ( <b>semoule Bio</b> )	Rillettes , Cornichons	<b>Carottes BIO</b> râpées , Vinaigrette	Salade de <b>riz BIO</b> , maïs et ciboulette
Saucisses de Strasbourg	Sauté de <b>poulet BBC</b> , Sauce curry coco	Quiche à la courge et au fromage	Filet de <b>lieu MSC</b> à la dieppoise	Pastasotto de courgettes au fromage ail et fines herbes
Purée de pommes de terre	<b>Haricots verts BIO</b>	Salade verte	<b>Choux fleurs BIO</b> gratinés	<b>Pennes BIO</b>
<b>Fromage BIO</b>	Laitage	Fromage	Fromage	Laitage
Liégeois à la vanille	<b>Fruit de saison BIO</b>	<b>Fruit de saison BIO</b>	Cake aux poires	<b>Fruit de saison BIO</b>

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



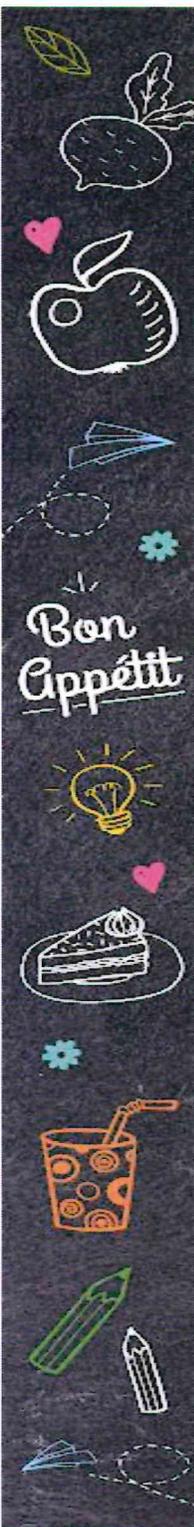
# Midi - Mairie de PARMAIN

## Menu du Lundi 6 Octobre au Vendredi 10 Octobre 2025

Lundi 6 Octobre	Mardi 7 Octobre	Mercredi 8 Octobre	Jeudi 9 Octobre	Vendredi 10 Octobre
Radis , Beurre	Salade de <b>coquillettes BIO</b> sauce cocktail	<b>Concombres BIO</b> , Vinaigrette	Tomates au basilic , Vinaigrette	Quinoa façon taboulé libanais
Haut de cuisse de <b>poulet BBC</b> rôti aux herbes	Bœuf à la tomate	Bruschetta au jambon gratinée béchamel	Burritos aux légumes	<b>Colin MSC</b> meunière
Frites	Poêlée de courgettes et d'aubergines	Salade verte	<b>Riz BIO</b> pilaf	Fondue d' <b>épinards BIO</b> à la crème
Laitage	Fromage	Fromage	Laitage	Fromage
<b>Fruit de saison BIO</b>	Pot de glace	Fromage blanc nature , Coulis de framboise	Cake marbré au chocolat du chef	Salade de fruits du chef

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



# Midi - Mairie de PARMAIN

## Menu du Lundi 13 Octobre au Vendredi 17 Octobre 2025

Lundi 13 Octobre	Mardi 14 Octobre	Mercredi 15 Octobre	Jeudi 16 Octobre	Vendredi 17 Octobre
Chiffonnade de salade verte et croûtons, Vinaigrette	Ile flottante et son crémeux à la carotte	<b>Haricots rouges BIO</b> au maïs	Butternut râpée au fromage blanc	<b>Betteraves BIO</b> au maïs Vinaigrette
Filet de <b>colin MSC</b> , Sauce Napolitaine	Aiguillettes de <b>poulet LABEL ROUGE</b> sauce tomates au thym	Jambon braisé	Sauté de <b>boeuf label rouge</b> au jus	Chili aux légumes d'Eté
<b>Haricots verts BIO</b>	<b>Cœur de blé BIO</b>	Pommes de terre persillées	<b>Carottes BIO</b> braisées	<b>Riz BIO</b> pilaf
Fromage	Laitage	Fromage	Laitage	Fromage
<b>Taboulé HVE</b> pomme, poire et amande torréfiée	<b>Fruit de saison BIO</b>	<b>Fruit de saison BIO</b>	Petit fantôme craquant	<b>Fruit de saison BIO</b>

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



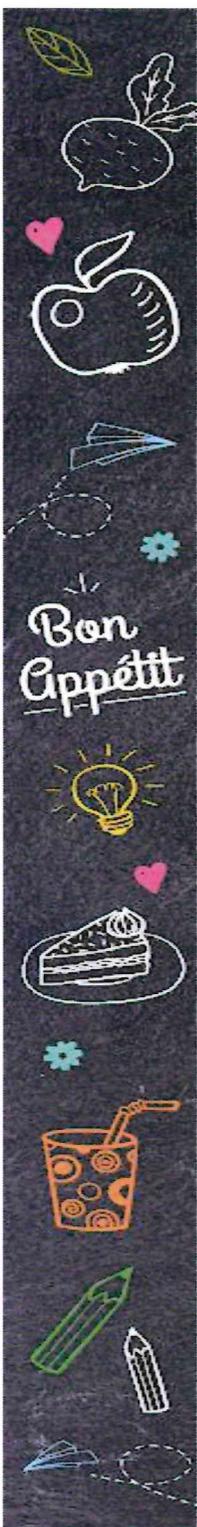
# Midi - Mairie de PARMAIN

## Menu du Lundi 20 Octobre au Vendredi 24 Octobre 2025

Lundi 20 Octobre	Mardi 21 Octobre	Mercredi 22 Octobre	Jeudi 23 Octobre	Vendredi 24 Octobre
 Carottes <b>BIO</b> râpées , Vinaigrette	 Taboulé oriental ( <b>semoule Bio</b> )	 Céleri rave <b>BIO</b> sauce rémoulade	 Betterave <b>Bio</b> , Vinaigrette	 Salade verte , Vinaigrette
Pasta party Bolognaise	Beignets de calamar Sauce tartare	Pizza tomate mozzarella	Sauté de poulet <b>BBC</b> , Sauce aux olives	Omelette à la ciboulette
 Macaronis <b>BIO</b>	 Haricots beurre au persil	 Salade verte	 Semoule <b>BIO</b>	 Pommes de terre persillées
 Laitage	Fromage	Fromage	 Laitage	Fromage
 Fruit de saison <b>BIO</b>	 Banane au chocolat et à l'amande	 Fruit de saison <b>BIO</b>	Roulé à la confiture d'abricot	 Liégeois à la vanille

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



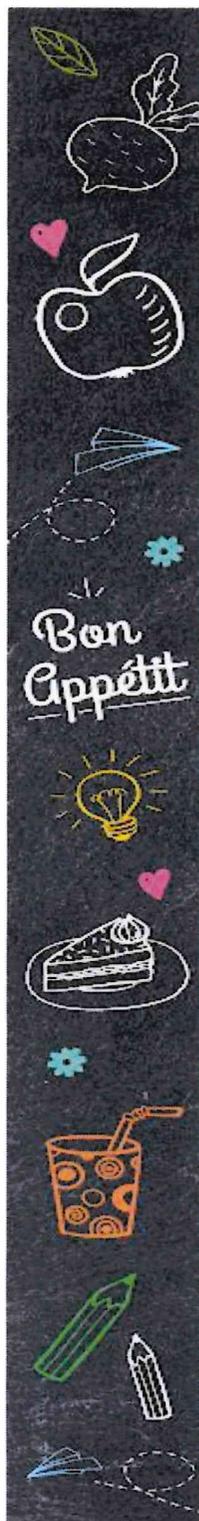
# Midi - Mairie de PARMAIN

## Menu du Lundi 27 Octobre au Vendredi 31 Octobre 2025

Lundi 27 Octobre	Mardi 28 Octobre	Mercredi 29 Octobre	Jeudi 30 Octobre	Vendredi 31 Octobre
<ul style="list-style-type: none"> <li>Tomates au basilic</li> <li>Vinaigrette au cumin</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Friand au fromage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Taboulé de <b>choux-fleurs BIO</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Butternut râpée au fromage blanc</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Carottes BIO</b> râpées au citron</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Sauce tomates aux lentilles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sauté de <b>boeuf label rouge</b> au jus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Filet de saumon rôti</li> <li>Sauce Napolitaine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hot Doigt (Hot Dog Halloween)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rôti de porc</li> <li>Sauce dijonnaise</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Coquillettes HVE</b> à la farine de blé et pois chiche</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Courgettes BIO</b> braisées</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Riz BIO</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Frites</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Lentilles vertes BIO</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Fromage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Laitage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fromage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fromage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Laitage</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Fruit de saison BIO</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Fruit de saison BIO</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fromage blanc à la confiture de fraises</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cake pomme cannelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Fruit de saison BIO</b></li> </ul>

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

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.



Bon Appétit

