

(Sous réserve des livraisons et de la maturité des fruits)

# MENUS DU MOIS DE Janvier 2026



Semaine du  
5 au 9  
Janvier

Carottes râpées  
Raviolis au saumon  
Petit Suisse sucré

LUNDI



MARDI

« bon pour la planète »  
Céleri rémoulade  
Dahl de lentilles aux épinards  
Riz  
Banane

MERCREDI

Potage de potiron  
Rôti de porc à la moutarde /  
Pavé fromager  
Pommes de terre  
Poireaux à la crème  
Yaourt fermier aux fruits

JEUDI

Sauté de bœuf / Pavé  
gourmand à la tomate et  
mozzarella - Pâtes  
Carottes Vichy  
Edam  
Galette des rois

VENDREDI

Tartine au fromage de chèvre  
Filet de colin à l'aneth  
Lamelles de pommes  
de terre  
Chou romanesco  
Kiwi

Semaine du  
12 au 16  
janvier

Escalope de poulet à la  
crème/  
Poisson emmental - Riz  
Poêlée de champignons  
Chaussée aux Moines  
Pomme

Betteraves rouges  
Normandin de veau au thym  
/ Omelette - Flageolets  
Pommes de terre  
Riz au lait



« bon pour la planète »  
Salade d'endives  
Pâtes bolognaise /  
Pâtes bolognaise végétales  
Donuts

Potage de petits pois  
Filet meunière  
Pommes de terre au  
paprika - Duo de haricots  
Fromage blanc aux fruits

Semaine du  
19 au 23  
janvier

Macédoine  
Mijoté de bœuf /  
Pavé fromager - Pépinettes  
Petits pois - carottes  
Banane

Salade vinaigrette  
Jambon / Thon  
Frites  
Fromage blanc sucré

Beignets de calamars  
Pommes de terre  
Ratatouille  
Gouda  
Pamplemousse



« bon pour la planète »  
Pâtes au pesto et béchamel  
Yaourt fermier aux fruits

Potage de potiron  
Cœur de merlu au citron  
Blé - Brocolis  
Tarte aux pommes

Semaine du  
26 au 30  
Janvier

Salade vinaigrette  
Hachis Parmentier /  
Hachis Parmentier végétal  
Yaourt sucré

« bon pour la planète »  
Céleri rémoulade  
Curry de légumes - Sémoule  
Saint-Paulin  
Poire

Potage de brocolis  
Escalope de dinde / Quenelles  
Sauce forestière  
Petits pois - Pommes de terre  
Petit Suisse aux fruits

Boulettes de bœuf /  
Boulettes végétales  
Riz - Piperades  
Tomme blanche  
Kiwi

Salade d'endives aux pommes  
Poisson emmental  
Pépinettes  
Fondue de poireaux  
Crème dessert au chocolat



Grâce aux vitamines et minéraux qu'ils contiennent, les fruits et légumes d'hiver sont essentiels pour rester en forme et résister aux maladies saisonnières. A consommer sans modération !



### LES LEGUMES D'HIVER

- ◆ Chou de Bruxelles
- ◆ Chou vert
- ◆ Brocoli
- ◆ Chou fleur
- ◆ Poireau
- ◆ Navet
- ◆ Potiron
- ◆ Carotte
- ◆ Panais
- ◆ Endive
- ◆ Oignon
- ◆ Céleri
- ◆ Betterave
- ◆ Courge
- ◆ Potimarron
- ◆ Bette
- ◆ Topinambour
- ◆ Mâche

### LES FRUITS D'HIVER

- Poire
- Pomme
- Orange
- Clémentine
- Kiwi



### MENUS DES RESTAURANTS SCOLAIRES

Du 5 au 30 janvier 2026



#### Pour tout renseignement :

Cuisine Centrale  
475 rue du Sapin Vert  
59150 WATTRELOS  
03.20.81.68.24  
[cuisine centrale@ville-wattrelos.fr](mailto:cuisine centrale@ville-wattrelos.fr)

Toute l'équipe de la Cuisine Centrale vous souhaite une excellente année 2026

