



# À table !

repas local, durable et eco-responsable  
[www.la-table.org](http://www.la-table.org)

du 18 au 22 mai 2026 | **printemps** | semaine 21



## lundi 18



salade de carotte  
vinaigrette moutarde  
douce

pané de blé  
sauce béarnaise

wok de légumes

potatoes grillées au four

fromage blanc\*

## mardi 19



Salade de haricots verts

blanquette de volaille ou  
de poisson

riz au bouillon

purée de carotte

poire\*

## mercredi 20



Tapenade poivron olive  
tomate

Curry japonais de  
légumes et pois cassé

pomme de terre en cube  
rissolées

flan caramel\*

## jeudi 21



Carotte à l'orientale  
ail, cumin coriandre

Sauté de bœuf ou  
fallafel sauce Stroganoff

petits pois carotte

coquille

pêche au sirop\*

## vendredi 22



Tartare de courgette  
concombre feta menthe  
jus de citron

filet de colin  
grillé à l'huile d'olive  
sauce crème, citron,  
ciboulette

ratatouille

blé

petit suisse aromatisé\*

Fait maison à Mulhouse, inscrit dans une démarche solidaire, durable et écoresponsable  
signée par le Chef François ROCH, Escoffier 2024

\*Peut être remplacé par un produit équivalent selon arrivages  
Viande origine France ou UE | Liste des allergènes disponible sur demande

Association La Cité Solidaire | la table [www.la-table.org](http://www.la-table.org)



Cofinancé par  
l'Union européenne



Liberté • Égalité • Fraternité  
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE



La Région  
Grand Est



ALSACE  
Collectivité européenne



Mulhouse

Plus d'info sur ce que  
mange mon enfant ?

