

Alimentation

Sur le campus

Sur le campus se trouve un Restaurant Universitaire et une cafétéria.

Le RU : Ouvert du lundi au vendredi de 11 h 30 à 13 h 15, il propose un **plat principal** accompagné de **deux périphériques** au choix (entrée, fromage, dessert), ainsi q'un pain, pour le prix de **3,30 €** le repas (sans suppléments), ou 1 € pour les boursiers. Des embouteillages sont à prévoir aux heures de pointe (de 12 h 15 à 12 h 40). Le mercredi, c'est « mercredi **végé'** » : 100 % des plats proposés sont végétariens.

La cafétéria : Ouverte toute la journée de 8 h à 20 h en semaine, ainsi que pendant les vacances scolaires (contrairement au RU). C'est moins l'usine, mais c'est plus cher. Au choix : pizzas, salades, sandwiches, boissons, croissants, chocolatinnes (ou pains au chocolat c'est selon), etc. Il y a aussi des machines à café (évidemment), à coup de 0,80 €, que l'on peut payer par carte ou avec la carte IZLY. Pensez à ramener votre ecocup !

Pour le pain, des machines sont disponibles au pied des Promologis. Le prix est fixe (1 €), la qualité du pain est correcte.

Autres Restos U'

Dans un rayon de 1,5 km du campus de l'INSA, se trouvent trois autres restaurants du CROUS. Pendant les petites vacances, au moins l'un d'entre eux reste généralement ouvert. Prix : 3,30 € (1 € pour les boursiers).

RU Le Théorème

Sur le campus de l'université Paul Sabatier, il s'agit du plus grand restaurant universitaire de Toulouse ! Il dispose de 950 places, réparties en trois salles, dont deux qui sont ouvertes le soir. si vous faites parties des premiers une cafétéria. **Ouvert le midi et le soir** (de 18 h 30 à 21 h). Petite astuce : le vendredi soir au moment de l'ouverture à 18 h 30, les premiers servis peuvent bénéficier des restes de la Cafet' (pizzas, paninis, sandwichs, voir même tacos français) en guise de plat principal.

RU Le Canal

Bâtiment et mobiliers modernes (ouvert en 2018). Une piste pour les repas traditionnels. Une cafétéria « Crous & Go' ».

RU Médecine

Au niveau de la faculté de Médecine de Ranguel. Deux pistes pour les repas traditionnels. **Repas très qualitatif.**

RU Arsenal (centre-ville)

Situé dans le centre-ville, c'est le RU de l'Université du Capitole. **Ouvert tous les jours**, même le week-end (dimanche inclus), midi et soir !

Magasins

Premièrement vous pouvez acheter le fameux panier de l'INSA organisé par cagette. Ce panier contient des légumes de saisons cultivés sur la Ferme de Malet dans le Gers. Vous avez le choix entre le petit panier à 12€ ou grand pour 18€, sachant que le petit est composé de 5 ou 6 variétés de légumes de saison en quantité suffisante.

Il vous suffit d'aller sur leur [blog](#) et de suivre le lien pour vous inscrire et commander votre panier, qui pourra être récupéré entre le RU et le GC les jeudis de 12h à 14h !

Vous pouvez aussi commander des fruits de saisons au kilo sur leur site.

À deux pas : quartier Ranguel

À 5 min à pied environ, dans le quartier de Ranguel, on trouve une boulangerie, un boucher, un marchand de fruits et légumes et aussi un **Spar** et un **Carrefour Express**. Les prix y sont assez élevés et peu de choix, mais toujours pratique.

- Spar

- lundi - vendredi : 7 h 30 - 21 h 30
- samedi : 8 h - 21 h 30
- dimanche : 8 h - 20 h

- Carrefour Express

- lundi - samedi : 7 h 30 - 22 h
- dimanche : 9 h - 20 h

Un peu plus loin

Pour de plus grosses courses, vous pouvez aussi prendre le métro jusqu'à la station Saint-Michel où se trouve un **Carrefour Market**, ouvert de 9h00 à 21h00 du lundi au samedi, et jusqu'à 12h30 le dimanche.

À distance à peu près similaire, on trouve aussi un **Lidl**, pas cher.

Pour ceux qui ont accès à une voiture (ou qui ne sont pas réticents à prendre le bus (4€ pour 10 trajets) pendant 20 min depuis l'arrêt INSA jusque l'arrêt Lalande via la ligne 80), le **Carrefour de Labège**. Très grand, bon prix, beaucoup de choix.

Comme alternative à **Carrefour**, on trouve aussi le **Leclerc de St Orens** grand et abordable, accessible en 15 min en bus (ligne 78 direction St Orens lycée, arrêt devant l'IUT), avec en prime une galerie (fringues, coiffeurs...) et plusieurs grands magasins (électroménager, mobilier...) juste à côté.

Marchés

- **Marché de Rangueil** le mercredi et le dimanche matin (station Sauzelong).
- **Marché couvert des Carmes**. Juste à côté de la bouche de métro, du mardi au dimanche 7 h 30 à 13 h 30.
- **Marché couvert Victor Hugo**. Entre la sortie de métro Jean Jaurès et Jeanne d'Arc, du mardi au dimanche 7 h 30 à 13 h 30.
- **Marché Saint Aubin** le dimanche matin vaut aussi le détour, pas loin du métro François Verdier.

Enfin, on peut aller voir ailleurs, à Toulouse y'a le choix, c'est selon les goûts : **Intermarché de Ramonville**, **Carrefour de Portet**, etc.

Voir aussi

- [Logement](#)
- [Plan et accès](#)

Révision #12

Créé 22 août 2020 16:00:17 par Cameron

Mis à jour 9 novembre 2025 21:34:03 par Clement