



Courdimanche

Menus du 02/01/2023 au 06/01/2023



Menu de la semaine

Lundi

*** Menu Végétarien - Vacances ***

Quenelle bio sauce tomate

Carottes bio

Semoule bio

Fromage blanc nature

Pain bio
Fruit

Baguette viennoise
Fromage fondu Vache qui rit
Compote de pommes et fraises
allégée en sucre

Mardi

Haricot vert bio et thon
Haricot vert BIO

Cordon bleu de volaille
Pané à l'emmental

Coquillettes bio
et emmental râpé

Pain bio
Fruit

Baguette
Barre de chocolat au lait
Petit fromage frais nature

Mercredi

Potage de légumes variés bio
Duo de mozzarella et cheddar
râpés

Poulet rôti
Finger soja et blé aux trois graines

Haricots blancs coco bio sauce
tomate

Pain bio

Ile flottante
et sa crème anglaise

Pain complet
Confiture
Fruit

Jeudi

Sauté de boeuf charolais façon
stroganoff (tomate, champignon,
parpika, crème)

*Galette boulgour épeautre et
légumes*

Ratatouille à la niçoise
Pommes de terre lamelles

Camembert bio

Pain bio

Fruit bio

Pain aux céréales
Coupelle de gelée de groseille
Yaourt nature

Vendredi

**Galette des Rois **

Panais bio local frais en
rémoulade aux pommes
 et emmental bio

Filet de merlu pmd sauce
bretonne
Omelette BIO
Haricots verts

Pain bio

Galette des Rois

Baguette
Barre de chocolat
Fruit

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



la cantine pas pareille



Courdimanche

Menus du 09/01/2023 au 13/01/2023



Menu de la semaine

Lundi

 Daube de boeuf charolais à la provençale (tomate, herbes de provence)

Samoussa de légumes

 Semoule bio

 Munster aop

 Pain bio

 Fruit bio

Baguette viennoise

Miel

Fromage blanc aromatisé

Mardi

**** Menu végétarien ****

 Chou rouge bio vinaigrette moutarde à l'ancienne au miel bio

Pommes de terre au fromage à tartiflette

 Salade verte bio

Fromage blanc individuel sucré différemment :

Confiture

Miel

Minis billes chocolat

 Pain bio

Baguette

Fromage frais cantafrais

Fruit

Mercredi

 Carotte bio et céleri bio mélangés et vinaigrette moutarde

Carbonara* (sauce à la crème, champignons et lardons de porc)

 Sauce ratatouille bio et pois cassés bio

Pâtes à la romaine (crème, champignon, dinde, emmental, p pois)

Farfalles

 et emmental râpé bio

 Pain bio

Pain complet

et beurre

Fruit

Jeudi

 Chou rouge bio dés de mimolette

Emincé de volaille kebab sauce façon samouraï
Nuggets de blé
Pain pita
et ketchup

Pommes de terre quartier avec peau

 Pain bio

 Fruit bio

Pain aux céréales

Barre de chocolat au lait

Fromage blanc nature

Vendredi

 Salade verte bio aux pommes et oranges bio et vinaigrette moutarde

Boulettes au mouton sauce charcutière (moutarde, cornichon)
Carmentier de lentilles corail BIO

 Purée Crécy bio (Carotte et pomme de terre bio fraîches)

 Pain bio

Lacté saveur chocolat

Baguette

Confiture

Fruit

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture Biologique



Appellation d'Origine Protégée



Charolais

la cantine pas pareille



Courdimanche

Menus du 16/01/2023 au 20/01/2023



Menu de la semaine

Lundi

Emincé de saumon sauce citron
Pâtes ratatouille et lentilles corail
(lentilles corail BIO)

Pâtes bio

Ratatouille bio

Pont l'Evêque aop

Pain bio

Fruit bio

Baguette viennoise
Barre de chocolat
Briquette de jus d'orange

Mardi

**** Menu végétarien ****

Salade verte bio
vinaigrette aux herbes

Chili sin carne

Riz bio

Pain bio

Mousse au chocolat au lait

Baguette
Fromage fondu Croc'lait
Fruit

Mercredi

Pizza tomate et fromage

Filet de merlu pmd aux fines
herbes

Gratin de pommes de terre,
épinards et fromage à raclette

Epinards branches bio au
gratin

et emmental râpé bio

Pain bio

Fruit bio

Pain complet
Confiture
Compote de pommes et poires
allégée en sucre

Jeudi

**** Amuse-bouche purée de
Salsifis ****

Salade coleslaw bio

Sauté de veau lr sauce
forestière (champignons)

Samoussa de légumes
Petits pois mijotés

Pain bio

Cake coco du chef (farine
locale)

Pain aux céréales
et beurre
Fruit

Vendredi

Velouté de champignons bio

Hachis parmentier du chef
(Bœuf charolais)

Parmentier bio végétal

Salade verte bio
et vinaigrette moutarde

Duo de mozzarella et cheddar
râpés

Pain bio

Fruit

Baguette
Pâte à tartiner individuelle
 Lait bio briquette

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture
Biologique

Appellation d'Origine
Protégée

Label Rouge

Pêche durable

Plat du chef

la cantine pas pareille



Courdimanche

Menus du 23/01/2023 au 27/01/2023



Menu de la semaine

Lundi

 Chou blanc bio vinaigrette balsamique bio

Saucisse chipolatas*
Beignet stick mozzarella
Saucisse de volaille façon chipolatas

 Lentilles mijotées bio

 Pain bio

Lacté saveur vanille nappé caramel

Baguette viennoise
Petit fromage frais aux fruits
Fruit

Mardi

Thon à la tomate et au basilic
Mélange pois cassés, tomate et carotte

 et emmental râpé bio

 Pain bio

Fruit

Baguette
Confiture
Yaourt nature

Mercredi

 Salade verte bio

 Dés de Saint Nectaire aoc et vinaigrette moutarde

 Bœuf charolais façon bourguignon
Crêpe à l'emmental

 Carottes bio fraîches

 Pain bio

Eclair parfum chocolat

Pain complet
Barre de chocolat au lait
Fruit

Jeudi

Les Pas Pareilles Menu végétarien ***

Houmous de patate douce

 Omelette bio sauce basquaise
Haricots verts

 Pain bio

 Fruit bio

Pain aux céréales et beurre
Miel
Briquette de jus d'orange

Vendredi

Soupe aux épinards et pommes de terre (épinard BIO)

Blanquette dinde
Haricots rouges et maïs façon chili

 Brocolis bio

 Riz bio et emmental râpé

 Pain bio
Fruit

Baguette
Confiture
Compote de pommes et bananes allégée en sucre

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Charolais

la cantine pas pareille



Courdimanche

Menus du 30/01/2023 au 03/02/2023



Menu de la semaine

Lundi

Salade de pommes de terre

 Meunière colin d'Alaska pmd
Sauce aux trois fromages
(mozzarella, bleu, fromage italien)

 Chou fleur bio en gratin

et emmental râpé

 Pain bio

 Fruit bio

Baguette viennoise
Fromage frais Saint môret
Briquette de jus de pomme

Mardi

**** Menu végétarien ****

 Dahl de lentilles corail bio et riz bio

 Cantal aop

 Pain bio

Fruit

Baguette
Pâte à tartiner individuelle
 Lait bio briquette

Mercredi

Salade florida (SV BIO, pamplemousse, mandarine, croûtons) et vinaigrette moutarde

 Poulet vf façon grand mère
Nuggets de blé
Pommes smile

 Pain bio

Liégeois à la vanille

Pain complet
Barre de chocolat
Fruit

Jeudi

**** Vive les crêpes ****

 Carottes bio vinaigrette fruit de la passion
 et dés de gouda bio

 Sauté de boeuf charolais façon bordelaise

Galette boulgour épeautre et légumes

Petits pois mijotés

 Pain bio

Crêpe nature sucrée

Pain aux céréales
Miel
Fruit

Vendredi

 Potimenter de poisson pmd (purée de potiron et pommes de terre)
Parmentier de haché végétal au potiron

 Salade verte bio et vinaigrette moutarde

 Fromage fondu vache qui rit bio

 Pain bio

Fruit

Baguette
Barre de chocolat au lait
Petit fromage frais sucré

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture Biologique



Appellation d'Origine Protégée



Charolais



Pêche durable



Viande Française

la cantine pas pareille



Courdimanche

Menus du 06/02/2023 au 10/02/2023



Menu de la semaine

Lundi

Sauté de bœuf charolais façon orientale

Samoussa de légumes

Semoule bio

Saint Nectaire aop

Pain bio

Fruit bio

Baguette viennoise
Confiture
Fromage blanc nature

Mardi

CHOU ROUGE agb (FRAIS)
(ASST VGTE agb BALSAMIQUE)

Beignet de poisson
Pané à l'emmental
Petits pois mijotés

Riz

Pain bio

Mousse au chocolat au lait

Baguette
Pâte à tartiner individuelle
Fruit

Mercredi

Panais bio local frais en
rémoulade aux pommes

Braisé de dinde Vallée d'auge

Sauce ratatouille bio et pois
cassés bio

Fusilli bio

et emmental râpé bio

Pain bio

Tarte au flan DCG

Pain complet
et beurre
Fruit

Jeudi

*** Les Pas Pareilles - Menu
Végétarien ***

Tartinable carotte, haricot blanc et
fromage fondu

Pizza tomate, emmental et
mozzarella

Salade verte bio
et vinaigrette moutarde

Pain bio

Fruit bio

Pain aux céréales
Coupelle de gelée de groseille
Briquette de jus d'orange

Vendredi

Potage de haricots vert bio
et fromage type parmesan

Echine de porc* au jus
 Fricassée de lentilles bio,
légumes bio et pdt bio
Jambon de dinde

Carottes bio

Lentilles mijotées bio

Fruit

Baguette
Confiture
Briquette de lait chocolaté

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Charolais

la cantine pas pareille



Courdimanche

Menus du 13/02/2023 au 17/02/2023



Menu de la semaine

Lundi

 Pavé de Colin d'Alaska pmd
sauce estragon
*Tajine de pois chiches et
boulgour BIO*

 Epinards branches bio à la
béchamel

 Boulgour bio

 Pont l'Evêque aop

 Pain bio

 Fruit bio

Baguette viennoise

Barre de chocolat

Briquette de jus de pomme

Mardi

**** Menu végétarien ****

Mâche et betteraves
et vinaigrette moutarde

 Penne semi-complète bio
sauce lentilles corail, curry et maïs
bio

 et emmental râpé bio

 Pain bio

Coupelle de purée de pomme
coing

Baguette

Fromage frais Fraidou

Fruit

Mercredi

 Taboulé (semoule bio ,
concombre bio)

 et emmental bio

Côte de porc* à la diable

 Chili sin carne bio et riz bio
Escalope de dinde sauce diable

Carotte (frais) à la crème

 Pain bio

 Fruit bio

Pain complet

Confiture

Fromage blanc nature

Jeudi

***** Amuse-bouche : Mélange de
céréales *****

 Salade verte bio aux pommes
et oranges bio
et vinaigrette à la ciboulette
et dés d'emmental

 Gardiane de boeuf charolais
*Boulettes de sarrasin, lentilles et
légumes sauce tomate*

 Gratin brocolis chou fleur bio
mozzarella cheddar

 Pain bio

Pain aux céréales

et beurre

Fruit

Vendredi

Soupe aux épinards et pommes
de terre (épinard BIO)

Duo de mozzarella et cheddar
râpés

 Merlu portion pmd sauce
béchamel aux épices douces
Omelette BIO

Pommes de terre quartier avec
peau

 Pain bio

 Fruit bio

Baguette

Barre de chocolat

Coupelle de purée de pomme
coing

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture
Biologique



Appellation d'Origine
Protégée



Charolais



Pêche durable

la cantine pas pareille



Courdimanche

Menus du 20/02/2023 au 24/02/2023



Menu de la semaine

Lundi

*** Vacances ***

 Carottes râpées bio vinaigrette au basilic

Colombo de porc*
Dahl de lentilles corail et riz
Colombo de dinde VF

 Riz bio

 Pain bio

Crème dessert à la vanille

Baguette viennoise
Confiture
Fruit

Mardi

*** Vacances- Mardi gras ***

 Chou blanc bio

 Hoki pmd sauce basilic
Pâtes sauce aux légumes et haché végétal

 Torsades bio et emmental râpé

 Pain bio

Beignet parfum chocolat

Baguette
Fromage frais Fraidou
Fruit

Mercredi

*** Vacances ***

 Céleri rémoulade bio
 Dés de Saint Nectaire aoc

 Sauté de veau lr sauce diablo

Galette boulgour pois chiches emmental

Petits pois mijotés

 Pain bio

 Gâteau tutti frutti du chef Ici (farine locale)

Pain complet
Confiture
Fruit

Jeudi

** Menu végétarien- Vacances **

 Soupe montagnarde bio (ail, carotte, céleri, oignon, poireau, pdt, crème)

 et emmental râpé bio

 Omelette bio

 Haricots verts bio

 Pain bio

Fruit

Pain aux céréales et beurre
Miel
Yaourt nature sucré

Vendredi

*** Vacances ***

 Filet de colin d'Alaska pmd pané frais

Parmentier de lentille corail BIO

 Pommes de terre bio en purée (PDT bio locale fraîche)

 Petit suisse nature bio

 Pain bio

 Fruit bio

Baguette
Pâte à tartiner individuelle
Briquette de lait fraise

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture Biologique

Appellation d'Origine Contrôlée

Label Rouge

Local

Pêche durable

Plat du chef

la cantine pas pareille



Courdimanche

Menus du 27/02/2023 au 03/03/2023



Menu de la semaine

Lundi

**** Vacances****

 Filet de merlu pmd sauce citron
Pané à l'emmental
Carottes à la crème
Pâtes
et emmental râpé

 Pain bio

 Fruit bio

Baguette viennoise
Fromage frais Petit Cotentin
Briquette de lait chocolaté

Mardi

***** Vacances *****

ESCALOPE PORC SAUCE AU THYM
ESCALOPE DINDE SAUCE AU THYM
Nuggets de blé

 Lentilles mijotées bio

Gouda

 Pain bio

Fruit

Baguette
Confiture
Yaourt aromatisé

Mercredi

Jeudi

Vendredi

inspirations
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

la cantine pas pareille

