

Courdimanche  
Menus du 01/01/2024 au 05/01/2024

**MENU**  
de la semaine

**LUNDI**

**MARDI**

**MERCREDI**

**JEUDI**

**VENDREDI**

\*\*\* Vacances \*\*\*

 Sauté de veau lr sauce aux hortillons (poireaux, oseille, céleri, crème fraîche, oignon)  
Pommes de terre vapeur

Fromage fondu Croc'lait

 Pain bio

Fruit

Baguette  
Pâte à tartiner  
Lait demi écrémé

\*\*\* Vacances \*\*\*

Salade verte et croûtons et vinaigrette à la ciboulette

Poulet sauce paprika et persil

 Carottes bio

 Haricots blancs coco bio sauce tomate

 Yaourt bio nature

 Pain bio

Pain complet  
Fromage frais Petit Cotentin  
Fruit

\*\*\* Vacances \*\*\*

 Médaillon de merlu pmd sauce bretonne

 Pâtes bio

Camembert

 Pain bio

 Fruit bio

Baguette aux céréales et beurre  
Jus de pommes

\*\*\* Vacances \*\*\*

Soupe dubarry (chou fleur et pommes de terre) et dés de cantal aop

 Rôti de porc\* lr au romarin  
Epinards branches à la crème

 Riz bio

 Pain bio

Fruit

Baguette  
Confiture de fraises  
Lait demi écrémé

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine Protégée



Certifié Label Rouge



Issu de l'agriculture biologique



Produit de la mer durable

Courdimanche  
Menus du 08/01/2024 au 12/01/2024

# MENU

de la semaine

## LUNDI

Merguez  
 Boulgour bio aux petits légumes  
Assiette de fromages  
 Munster aop  
Montcadi croûte noire  
 Pain bio  
Fruit bio

Baguette viennoise  
Miel  
Lait demi écrémé

## MARDI

### \*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

Pomelos  
Dahl de lentilles corail bio et riz bio cpne  
Pain bio  
Dessert lacté gélifié saveur vanille

Baguette  
Confiture d'abricots  
Fruit

## MERCREDI

Pizza au fromage  
Sauté de porc\* sauce forestière (champignons)  
Carottes fraîches cpne  
Fromage blanc bio sucré différemment et dosette de sucre blanc  
Miel  
Confiture  
Pain bio

Pain complet  
Chocolat noir (tablette)  
Jus multifruit

## JEUDI

Daube de boeuf charolais à la provençale (tomate, herbes de provence)  
Pâtes bio  
Brocolis bio  
Fromage frais Fraidou  
Pain bio  
Fruit

Baguette aux céréales  
Gelée de coing  
Lait demi écrémé

## VENDREDI

### \*\*\* Galette des Rois \*\*\*

Céleri bio rémoulade  
Dés de mimolette  
Parmentier de poisson pmd à la purée de courges butternut bio cpne  
Salade verte et vinaigrette moutarde  
Pain bio  
Galette des Rois dcg

Baguette  
Chocolat au lait (tablette)  
Fruit

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine Protégée



Cuisiné par nos équipes



Décongelé



Issu de l'agriculture biologique



Produit de la mer durable

# Courdimanche

## Menus du 15/01/2024 au 19/01/2024

# MENU

de la semaine

### LUNDI

 Salade verte bio  
et croûtons  
et vinaigrette moutarde

Saucisse chipolatas\*  
 Lentilles lcl mijotées

 Pain bio

 Crème dessert bio chocolat

Baguette viennoise  
Confiture d'abricots  
Fruit

### MARDI

 Colin d'Alaska pmd sauce curry  
Courgettes  
Riz

Fromage frais Saint môtret

 Pain bio

 Fruit bio

Baguette  
Gelée de coing  
Lait demi écrémé

### MERCREDI

  Taboulé aux raisins secs,  
semoule bio cpne  
 et dés de cantal aop

Boulettes au mouton et boeuf  
sauce tomate

 Purée de céleri et pommes de  
terre cpne (pdt fraîches)

 Pain bio

Fruit

Pain complet  
Miel  
Fromage blanc aromatisé

### JEUDI

Soupe de poireaux et pommes de  
terre  
et emmental râpé

Sauté de boeuf charolais marengo  
(persil, pulpe de tomate,  
champignon)  
et ketchup

Pommes de terre quartier avec  
peau

 Pain bio

 Fruit bio

Baguette aux céréales  
Pâte à tartiner  
Compote de pommes allégée en  
sucre

### VENDREDI

\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

Salade coleslaw (Carotte, chou  
blanc, oignon, mayonnaise)

LASAGNE RICOTTA EPINARD  
CHEVRE

Salade verte

VINAIGRETTE AU MIEL

Duo de mozzarella et cheddar  
râpés

 Pain bio

 Cake au chocolat cpne (farine  
LCL)

Baguette  
et beurre  
Fruit

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy  
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine  
Protégée



Cuisiné par nos  
équipes



Issu de l'agriculture  
biologique



Produit de la mer  
durable



Produit local

Courdimanche  
Menus du 22/01/2024 au 26/01/2024

# MENU

de la semaine

## LUNDI

\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

 Chili sin carne cpne

Riz

Petit fromage blanc aux fruits

 Pain bio

Fruit

Baguette viennoise  
Confiture d'abricots  
Lait demi écrémé

## MARDI

Goulash de boeuf charolais  
(paprika doux, tomate)  
Petits pois et carottes

Assiette de fromages

 Pont l'évêque aop

Edam

 Pain bio

Fruit

Baguette  
Chocolat au lait (tablette)  
Yaourt aromatisé

## MERCREDI

Carotte râpée

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

 Pâtes bio

 Pain bio

Liégeois à la vanille sur lit de  
caramel

Pain complet  
Pâte à tartiner  
Fruit

## JEUDI

Emincé de volaille kebab  
et ketchup  
Tortilla de blé  
Pommes de terre quartier avec  
peau

 Yaourt bio nature

 Pain bio

 Tarte au flan dcg

Baguette aux céréales  
et beurre  
Fruit

## VENDREDI

\*\*\* Les pas pareille \*\*\*

Salade verte  
et maïs  
et vinaigrette au basilic

 Filet de colin d'Alaska pmd  
pané frais

Purée de choux de Bruxelles et  
pommes de terre au fromage type  
parmesan

 Pain bio

Purée de pomme et cube de  
pomme saveur vanille

Baguette  
et beurre  
Miel  
Fruit

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy  
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine  
Protégée



Cuisiné par nos  
équipes



Décongelé



Issu de l'agriculture  
biologique



Produit de la mer  
durable

# Courdimanche

## Menus du 29/01/2024 au 02/02/2024

# MENU

de la semaine

### LUNDI

-  Aiguillettes de poulet vf jus aux oignons
-  Pâtes bio
-  Fromage frais fouetté Rondelé bio
-  Pain bio
-  Fruit bio

Baguette viennoise  
Gelée de groseille  
Lait demi écrémé

### MARDI

-  Chou rouge bio frais vinaigrette bio au vinaigrette de cidre
- Colombo de porc\*
- Pommes de terre vapeur
- Courgettes
-  Petit suisse nature bio
-  Pain bio

Baguette  
Confiture de fraises  
Fruit

### MERCREDI

- Soupe de haricots blanc
-  dés de Saint Nectaire aoc
- Sauté de boeuf charolais sauce dijonnaise (moutarde)
- Carottes
-  Pain bio
- Fruit

Pain complet  
Chocolat noir (tablette)  
Lait demi écrémé

### JEUDI

- \*\*\* **Menu Végétarien** \*\*\*
-  Céleri bio rémoulade
- Tajine de légumes, pois chiches, patate douce, boulgour, amande
-  Pain bio
- Dessert lacté flan saveur vanille nappé caramel

Baguette  
et beurre  
Fruit

### VENDREDI

- \*\*\* **C'est la fête: Vive les crêpes** \*\*\*
-  Carottes râpées bio
- Dés de mimolette
-  Dés de poisson pmd sauce normande (champignon, crème fraîche)
- Riz
-  Pain bio
- Crêpe nature sucrée et crème fouettée
- Baguette aux céréales
- Confiture d'abricots
- Fruit

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy  
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine  
Contrôlée



Issu de l'agriculture  
biologique



Produit de la mer  
durable



Viande Française

Courdimanche  
Menus du 05/02/2024 au 09/02/2024

**MENU**  
de la semaine

**LUNDI**

\*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

Radis roses  
et beurre

 Pâtes bio, brocolis bio cheddar  
et mozzarella

 Pain bio

Dessert lacté gélifié saveur vanille

Baguette viennoise  
Miel  
Fruit

**MARDI**

Aiguillettes de poulet sauce  
végétale champignons crémée

 Carottes bio  
Boullgour

 Fromage blanc bio sucré  
différemment  
et dosette de sucre blanc

Miel  
Confiture

 Pain bio

 Fruit bio

Pain complet  
Chocolat au lait (tablette)  
Lait demi écrémé

**MERCREDI**

 Soupe de courgette bio et  
vache qui rit  
Duo de mozzarella et cheddar  
râpés

Tartiflette\* (Pdt BIO)

 Pain bio

Fruit

Baguette  
et beurre  
Yaourt aromatisé

**JEUDI**

Salade verte aux pommes et  
oranges  
et vinaigrette moutarde  
et dés de gouda

 Sauté de boeuf char sauce  
tomate, basilic  
Haricots beurre à la tomate

 Pain bio

Gaufre poudrée

Baguette aux céréales  
Pâte à tartiner  
Fruit

**VENDREDI**

\*\*\* Les pas pareilles \*\*\*

Céleri rave et branche rémoulade  
 et dés de cantal aop

 Médaillon de merlu pmd sauce  
au citron

Epinards branches au gratin  
Riz

 Pain bio

Compote de pommes et fraises  
allégée en sucre

Baguette  
Confiture d'abricots  
Fruit

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy  
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine  
Protégée



Issu de l'agriculture  
biologique



Produit de la mer  
durable



Viande charolaise

Courdimanche  
Menus du 12/02/2024 au 16/02/2024

# MENU

de la semaine

## LUNDI

### \*\*\* Vacances - Menu Végétarien \*\*\*

 Omelette bio  
Jardinière de légumes (carotte, p.pois, h.vert, navet)

 Blé bio

 Yaourt bio à la vanille

 Pain bio

Fruit

---

Baguette viennoise  
Fromage fondu Vache qui rit  
Jus multifruit

## MARDI

### \*\*\* Vacances \*\*\* Mardi gras \*\*\*

SALADE FLORIDA VRAC  
(SV,CROUTON,PAMP,MAND)  
et vinaigrette moutarde

 dés de Saint Nectaire aoc

Sauté de porc sauce au thym  
Petits pois mijotés

Riz

 Pain bio

 Beignet parfum chocolat  
noisette dcg

---

Baguette  
Confiture de fraises  
Fruit

## MERCREDI

### \*\*\* Vacances \*\*\*

 Carotte bio fraîche rapée  
vinaigrette bio miel et moutarde à  
l'ancienne

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

 Pain bio

Liégeois chocolat

---

Pain complet  
Gelée de groseille  
Fruit

## JEUDI

### \*\*\* Vacances \*\*\*

Soupe dubarry (chou fleur et  
pommes de terre)  
 et emmental râpé bio

Poulet rôti

  Purée de courge butternut et  
pommes de terre bio cpne

 Pain bio

 Fruit bio

---

Baguette aux céréales  
et beurre  
Lait demi écrémé

## VENDREDI

### \*\*\* Vacances \*\*\*

Radis roses  
et beurre  
Dés de mimolette

 Filet de colin d'Alaska pmd  
pané frais  
Haricots verts

 Pain bio

  Cake à la cannelle cpne  
farine lcl

---

Baguette  
Pâte à tartiner  
Fruit

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy  
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres

  
Appellation  
d'Origine Contrôlée

  
Cuisiné par nos  
équipes

  
Décongelé

  
Issu de l'agriculture  
biologique

  
Produit de la mer  
durable

  
Produit local

Courdimanche  
Menus du 19/02/2024 au 23/02/2024

**MENU**  
de la semaine

LUNDI

\*\*\* Vacances \*\*\*

Céleri rémoulade  
et vinaigrette moutarde  
 et dés de cantal aop

 Thon à la tomate et au basilic  
cpne  
Coquillettes

 Pain bio

 Purée de pommes et bananes  
bio

Baguette viennoise  
Miel  
Fruit

MARDI

\*\*\* Vacances \*\*\*

Mâche et betteraves  
vinaigrette à l'huile d'olive colza  
citron  
et dés d'édam

Sauté de porc\* façon fermière  
(carotte, petit pois, oignon)

 Carottes bio

 Pain bio

 Gaufre Bruxelloise dcg

Baguette  
Gelée de coing  
Fruit

MERCREDI

\*\*\* Vacances \*\*\*

 Hachis parmentier cpne (Boeuf  
charolais)  
Salade verte  
et vinaigrette moutarde

 Fromage frais Carré frais bio

 Pain bio

Fruit

Pain complet  
et beurre  
Fromage blanc nature

JEUDI

\*\*\* Vacances - Menu Végétarien \*\*\*

Soupe de légumes variés  
 et emmental râpé bio

Enchilada (Haricots rouges, maïs)

Tortilla de blé

Riz

 Pain bio

Ile flottante  
et sa crème anglaise

Baguette aux céréales  
Chocolat au lait (tablette)  
Fruit

VENDREDI

\*\*\* Vacances \*\*\*

Cordon bleu de volaille  
Semoule  
Brocolis

 Yaourt bio nature

 Pain bio

 Fruit bio

Baguette  
Confiture de fraises  
Lait demi écrémé

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine  
Protégée



Cuisiné par nos  
équipes



Décongelé



Issu de l'agriculture  
biologique

Courdimanche  
Menus du 26/02/2024 au 01/03/2024

# MENU

de la semaine

## LUNDI

 Emincé de chou rouge bio  
vinaigrette à la moutarde

Gardiane de boeuf charolais

 Riz bio

 Pain bio

 Crème dessert bio à la vanille

Baguette viennoise  
Gelée de groseille  
Fruit

## MARDI

### \*\*\* Menu Végétarien \*\*\*

Boulettes de sarrasin, lentilles et  
légumes sauce tomate  
Pâtes

Assiette de fromages

 Pont l'évêque aop  
Montcadi croûte noire

 Pain bio

Fruit

Baguette  
et beurre  
Miel  
Yaourt aromatisé

## MERCREDI

Poulet à l'estragon

 Carottes bio locales

 Semoule bio

 Petit suisse nature bio

 Pain bio

Fruit

Pain complet  
Chocolat noir (tablette)  
Lait demi écrémé

## JEUDI

### \*\*\* Amuse bouche : Chou romanesco \*\*\*

 Médaillon de merlu pmd sauce  
crème  
Purée d'épinards et pommes de  
terre

Camembert

 Pain bio

 Fruit bio

Baguette aux céréales  
Pâte à tartiner  
Yaourt nature

## VENDREDI

Baguette  
Pâte à tartiner  
Lait demi écrémé

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy  
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine  
Protégée



Issu de l'agriculture  
biologique



Produit de la mer  
durable