

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)

Menus du 04/11/2024 au 08/11/2024

MENU de la semaine

LUNDI

*** Menu Végétarien ***

Pommes de terre au fromage à tartiflette

Salade verte
et vinaigrette moutarde

 Yaourt bio Le P'tit Pré nature
lcl

 Pain bio

Coupelle de purée de pommes et
ananas

Baguette viennoise
Fromage fondu Vache qui rit
Fruit

MARDI

Omelette nature
Haricots blancs persillés

 Carottes bio

Plateau de fromages

 Munster aop

 Cantal aop

 Pain bio

Fruit

Baguette
et beurre
Petit fromage frais nature au lait
entier

MERCREDI

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

 et emmental bio

 Riz bio Korma bio patate douce
bio et edamame

 Pain bio

Fruit

Pain complet
Gelée de groseille
Lait demi écrémé

JEUDI

Chou rouge vinaigrette au cidre

Coquillettes sauce butternut
cheddar crumble salé

 Pain bio

Mousse au chocolat au lait

Baguette aux céréales
et beurre
Miel
Fruit

VENDREDI

 Soupe crecy, carotte et pomme
de terre bio

Duo de mozzarella et cheddar
râpés

 Croque'tofu fromage bio
Chou fleur en béchamel

 Pain bio

 Tarte au flan dcg

Baguette
Gelée de groseille
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



Décongelé



Issu de l'agriculture
biologique



Produit local

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)
Menus du 11/11/2024 au 15/11/2024

MENU
de la semaine

LUNDI

*** Férié ***

 Pain bio

MARDI

Salade verte
et croûtons
et vinaigrette à la ciboulette
 dés de Saint Nectaire aoc

Omelette nature
 Lentilles Ici mijotées
 Carottes bio

 Pain bio

Coupelle de purée de pommes et
poire

Baguette
Confiture de fraises
Fruit

MERCREDI

 Raviolis bio au tofu sauce
tomate
Petit fromage frais aromatisé aux
fruits

 Pain bio

Fruit

Pain complet
Fromage fondu Vache qui rit
Coupelle de purée de pommes et
poire

JEUDI

*** Menu Végétarien ***

 Soupe de courge butternut bio
à la vache qui rit
et emmental râpé

Riz BIO, pois chiches, épinard
BIO, graines de courge

 Pain bio

Fruit

Baguette aux céréales
Confiture d'abricots
Fromage blanc aromatisé aux
fruits

VENDREDI

*** Vendée Globe ***

Terrine de légumes
et dosette de mayonnaise

 Parmentier de lentille corail bio
Salade verte
et vinaigrette moutarde

Duo de mozzarella et cheddar
râpés

 Pain bio

Crêpe nature sucrée
Confiture de lait

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
Contrôlée



Issu de l'agriculture
biologique



Produit local

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)
Menus du 18/11/2024 au 22/11/2024

MENU
de la semaine

LUNDI

Tajine de légumes, pois chiches, patate douce, boulgour, amande

Fromage blanc individuel sucré
différemment :
Sucre roux
crème de marrons

 Pain bio
Fruit

Baguette viennoise
Fromage frais Fraidou
Coupelle de purée de pomme
abricot

MARDI

*** **Menu Végétarien** ***

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

 Chili sin carne bio et riz bio

 Riz bio

 Pain bio

Crème dessert saveur vanille

Baguette
Miel
Fruit

MERCREDI

 Parmentier bio (haché végétal bio et pdt fraîche lcl bio)
Salade iceberg
et vinaigrette moutarde

Fromage frais Tartare nature

 Pain bio

Fruit

Pain complet
Gelée de groseille
Fromage blanc nature

JEUDI

*** **Amuse-bouche : graine de tournesol BIO** ***

Taboulé

Pané à l'emmental
Gratin de brocolis
et emmental râpé

 Pain bio

 Fruit lcl

Baguette aux céréales
Confiture de fraises
Lait demi écrémé

VENDREDI

Céleri rémoulade
 et dés de cantal aop

 Steak de seitan bio (blé et légumes)
Jardinière de légumes (carotte, p.pois, h.vert, navet)

 Pain bio

 Cake à la noix de coco, farine lcl

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 local

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)
Menus du 25/11/2024 au 29/11/2024

MENU
de la semaine

LUNDI

Gratin de pommes de terre,
épinards et fromage à raclette
Salade verte
et vinaigrette moutarde

Yaourt aromatisé
 Pain bio

Fruit

Baguette viennoise
et beurre
Lait demi écrémé

MARDI

*** Menu Végétarien ***

Carottes râpées vinaigrette à la
moutarde

Fusilli BO, sauce lentilles vertes
BIO, tomate et emmental

 Pain bio

Dessert lacté flan saveur vanille
nappé caramel

Baguette
Gelée de coing
Fruit

MERCREDI

 Soupe cultivateur bio (carotte,
pdt, poireau, ch fleur, céleri, HV,
petits pois)

 dés de Saint Nectaire aoc

Pané moelleux au gouda

 Blé bio

 Haricots verts bio

 Pain bio

Fruit

Pain complet
Confiture d'abricots
Yaourt nature

JEUDI

Salade de mâche et betteraves
rouges
et vinaigrette moutarde
et dés d'emmental

Quenelle nature sauce tomate

 Carottes bio locales

 Pain bio

 Beignet parfum chocolat
noisette dcg

Baguette aux céréales
Confiture de fraises
Fruit

VENDREDI

Salade verte aux pommes et
oranges
et vinaigrette aux herbes
 et dés de gouda bio

 Dahl de lentilles corail bio et riz
bio

 Riz bio

 Pain bio

Coupelle de purée de pommes et
fraises

Baguette
 Pâte à tartiner bio
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



Décongelé



Issu de l'agriculture
biologique

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)
Menus du 02/12/2024 au 06/12/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Menu Végétarien ***

Mâche et betteraves
vinaigrette à l'échalote

Gratin de pâtes, brocolis,
mozzarella et cheddar

Fromage blanc nature
Pain bio

Baguette viennoise
Confiture d'abricots
Fruit

MARDI

Riz BIO, pois chiches, épinard
BIO, graines de courge

Plateau de fromages

 Saint Nectaire aop

 Pont l'évêque aop

 Pain bio

Fruit

Baguette
Gelée de groseille
Jus de pommes

MERCREDI

Carottes râpées vinaigrette à la
moutarde

 Omelette bio
Petits pois mijotés

 Pain bio

Dessert lacté flan saveur vanille
nappé caramel

Pain complet
et beurre
Fruit

JEUDI

Tomates concassées, maïs et
chips de maïs

 Enchilada bio haricots rouges,
maïs
et ketchup
Tortilla de blé

Pommes de terre quartier avec
peau
et emmental râpé

 Pain bio

Fruit

Baguette aux céréales
Chocolat noir (tablette)
Yaourt nature

VENDREDI

VG. PARMENTIER BUTTERNUT
AGB, LENTILLE CORAIL AGB
Salade iceberg
et vinaigrette moutarde

Pointe de brie

 Pain bio

 Fruit Ici

Baguette
et beurre
Miel
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 local

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)

Menus du 09/12/2024 au 13/12/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

 Dahl de lentilles corail bio et riz bio
Carré
 Pain bio
Fruit

Baguette viennoise
Gelée de groseille
Coupelle de purée de pomme abricot

MARDI

*** **Menu Végétarien** ***
Carottes râpées vinaigrette à la moutarde
Korma de boulgour bio, brunoise provençale et petits pois bio
Pain bio
Liégeois saveur chocolat

Baguette
Chocolat noir (tablette)
Fruit

MERCREDI

 Soupe dubarry, chou fleur bio et pomme de terre
Duo de mozzarella et cheddar râpés
Omelette opa
 Poêlée de légumes bio (courgettes, carottes et pommes de terre)
Pain bio
Fruit

Pain complet
Chocolat au lait (tablette)
Yaourt nature

JEUDI

VG. COQUILLETTE AGB SAUCE TARTIFLETTE EMMENTAL, NOISETTE
Salade iceberg et vinaigrette au miel
Fromage frais Saint môret
 Pain bio
Fruit

Baguette aux céréales et beurre
Lait demi écrémé

VENDREDI

Salade verte et maïs
et dés de cantal aop et vinaigrette au basilic
Pané à l'emmental
Epinards branches en béchamel
Pain bio
Crêpe nature sucrée et sauce chocolat

Baguette
Confiture de fraises
Fruit

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

sOgeres



Œuf de poule élevée en plein air



Appellation d'Origine Protégée



Issu de l'agriculture biologique

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)
Menus du 23/12/2024 au 27/12/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Vacances ***

 Pommes de terres bio fromagères (fromage à tartiflette)
Salade verte et vinaigrette moutarde


Petit fromage frais aromatisé aux fruits

 Pain bio


Fruit

Baguette viennoise
Fromage fondu Vache qui rit
Coupelle de purée de pommes

MARDI

*** Vacances ***

Salade coleslaw (Carotte, chou blanc, oignon, mayonnaise)
 dés de Saint Nectaire aoc


Riz BIO, pois chiches, épinard BIO, graines de courge

 Pain bio


Coupelle de purée de pommes

Baguette
Miel
Fruit

MERCREDI

*** Férié ***


 Pain bio

JEUDI

*** Vacances *** Menu végétarien ***

Taboulé


 Fondant bio au fromage de brebis

 Carottes bio locales


 Pain bio


Fruit

Baguette aux céréales
 Pâte à tartiner bio
Yaourt nature

VENDREDI

*** Vacances ***

Soupe de potiron et pommes de terre et emmental râpé


Boulettes de soja sauce tomate

 Haricots verts bio


 Pain bio


 Cake au chocolat, farine Ici

Baguette
Chocolat au lait (tablette)
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 Contrôlée



Issu de l'agriculture biologique



Produit local