

Courdimanche
Menus du 03/11/2025 au 07/11/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Menu végétarien ***

Salade, pamplemousse et mandarine
et vinaigrette moutarde

Tarte aux fromages
(mozzarella, emmental)

Coupelle de purée de pommes
et ananas
 Pain bio

Baguette viennoise
Confiture de fraises
Fruit

MARDI

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

 Goulash de boeuf char
(paprika doux, tomate)

 Pommes de terre bio

 Pain bio

Dessert lacté gélifié saveur
chocolat

Baguette
et beurre
Fruit

MERCREDI

Cordon bleu de volaille
Riz

 Carotte bio

Yaourt aromatisé

 Pain bio

Fruit

Pain complet
Fromage fondu
Coupelle de purée de pommes

JEUDI

 Sauté de porc 1r sauce
fermière (oignon, petits pois,
carotte)

 Macaroni bio

Plateau de fromages

 Pont l'évêque aop

 Saint Nectaire aop

 Pain bio

Fruit

Baguette aux céréales
Gelée de coing
Yaourt nature

VENDREDI

Salade de mâche et
betteraves rouges
et vinaigrette moutarde

 Merlu pmd sauce crème
tomate

Chou fleur en béchamel
et emmental râpé

 Pain bio

Gâteau de maïs (farine de blé
locale)

Baguette
Confiture d'abricots
Fruit

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

sOgeres



Appellation
d'Origine Protégée



Certifié Label
Rouge



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable



Viande charolaise

Courdimanche
Menus du 10/11/2025 au 14/11/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

 Saucisse chipolatas de porc
 Lentilles mijotées bio du pays d'othé

—
Plateau de fromages
 Fourme d'Ambert aop
 Cantal aop
 Pain bio

—
Fruit

—
Baguette viennoise
Miel
Jus de pommes

MARDI

MERCREDI

Salade verte et pomme et orange
et vinaigrette moutarde

 Sauté de bœuf char sauce moutarde
Petits pois mijotés

—
Petit fromage frais aromatisé aux fruits

 Pain bio

—
Pain complet
Fromage frais Fraidou
Fruit

JEUDI

*** Menu Végétarien ***

Soupe carotte pommes de terre
duo de mozzarella et cheddar râpés

 Riz bio pois chiche et épinards bio tandoori

 Pain bio

—
Fruit

—
Baguette aux céréales
Confiture de fraises
Petit fromage frais aromatisé aux fruits

VENDREDI

*** Amuse bouche: Tomme catalane AOP ***

Pomelos

—
 Parmentier de colin d'Alaska pmd et purée de pomme de terre bio
Salade verte et vinaigrette moutarde

 Pain bio

—
Dessert lacté flan saveur vanille nappé caramel

—
Baguette et beurre
Fruit

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

sOgeres


Appellation
d'Origine Protégée


Issu de
l'agriculture
biologique


Produit de la mer
durable


Viande charolaise

Courdimanche
Menus du 17/11/2025 au 21/11/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

 Sauté de boeuf char sauce
paprika persil
Jardinière de légumes
(carotte, p.pois, h.vert, navet)
 Pennes bio
Fromage blanc individuel
sucré différemment :
Miel
 Sucre de canne bio
Fruit
 Pain bio

Baguette viennoise
Confiture d'abricots
Coupelle de purée de pommes
et poire

MARDI

*** Menu Végétarien ***

Carottes râpées vinaigrette à
la moutarde
Chili végétal, haricots
rouges bio et riz bio
Pain bio
Crème dessert saveur vanille

Baguette
Fromage frais Petit Moulé
Fruit

MERCREDI

 Poulet rôti lr
 Purée de courges butternut
bio et pommes de terre bio
Fromage fondu vache qui
rit bio
 Pain bio
Fruit

Pain complet
Confiture de fraises
Fromage blanc nature

JEUDI

Soupe de légumes (carotte,
navet, céleri, pomme de
terre)
et mozzarella râpée
Rôti de porc lr au jus
 Pommes de terre lcl
persillées fraîches
Pain bio
Fruit

Baguette aux céréales
 Pâte à tartiner bio
Lait demi écrémé

VENDREDI

Salade iceberg
croûtons
et vinaigrette moutarde
dés de cantal aop
Filet de colin d'Alaska pmd
pané frais
Haricots beurre à la tomate
Pain bio
Tarte au flan dcg

Baguette
Miel
Fruit

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

sOgeres



Appellation
d'Origine
Protégée



Certifié
Label Rouge



Décongelé



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de
la mer
durable



Produit local



Viande
charolaise

Courdimanche
Menus du 24/11/2025 au 28/11/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

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

 Sauté de dinde lr au curry
Pommes de terre lamelles
Epinards branches à la crème

 Pain bio

Dessert lacté gélifié saveur chocolat

Baguette viennoise
et beurre
Miel
Fruit

MARDI

*** Menu Végétarien ***

 Fusilli bio sauce égréné végétal à la tomate bio

Camembert

 Pain bio

Fruit

Baguette
Fromage fondu Croc'lait
Jus multifruit

MERCREDI

Boulettes au mouton et boeuf sauce façon orientale (oignon, tomate, persil, ail, épices)

 Légumes couscous bio

 Semoule bio

Plateau de fromages

 Pont l'évêque aop

 Cantal aop

 Pain bio

Fruit

Pain complet
Gelée de groseille
Petit fromage frais nature au lait entier

JEUDI

Salade verte, pamplemousse et mandarine
dés de mimolette
et vinaigrette moutarde

 Sauté de bœuf char sauce forestière (champignons)

 Carottes fraîches lcl

 Pain bio

 Beignet framboise dcg

Baguette aux céréales
Confiture de fraises
Fruit

VENDREDI

 Dés de saumon pmd sauce citron

 Riz bio

 Fromage frais Chanteneige bio

 Pain bio

Fruit

Baguette
 Pâte à tartiner bio
Yaourt nature

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

sOgeres



Appellation
d'Origine
Protégée



Certifié
Label Rouge



Décongelé



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de
la mer
durable



Produit local



Viande
charolaise

Courdimanche
Menus du 01/12/2025 au 05/12/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Menu Végétarien ***

Salade iceberg
et maïs
et vinaigrette moutarde

 Omelette bio fraîche

 Coquillettes bio

Fromage blanc nature

 Pain bio

Baguette viennoise
Confiture de fraises
Fruit

MARDI

 Sauté de boeuf char sauce
hongroise (crème fraîche,
paprika, oignon)
Julienne de légumes
au jus de légumes

 Riz bio

Plateau de fromages

 Pont l'évêque aop

 Saint Nectaire aop

 Pain bio

Fruit

Baguette
Gelée de coing
Yaourt nature

MERCREDI

Taboulé
dés d'emmental

Merguez
Courgettes à l'ail
Blé

 Pain bio

Fruit

Pain complet
 Pâte à tartiner bio
Lait demi écrémé

JEUDI

Thon Guacamole

 Fajitas de dinde lr et
légumes
Salade verte
et vinaigrette moutarde

duo de mozzarella et cheddar
râpés

 Pain bio

Fruit

Baguette aux céréales
Confiture d'abricots
Jus de pommes

VENDREDI

Salade de mâche et
betteraves rouges
et vinaigrette moutarde

 Merlu pmd sauce coco
citron vert
Purée de patates douces et
pommes de terre

 Pain bio

Crème dessert chocolat

sOgeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy



Appellation
d'Origine Protégée



Certifié Label
Rouge



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable



Viande charolaise

Courdimanche
Menus du 08/12/2025 au 12/12/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

 Sauté de porc lr sauce
champignons crémée
 Riz bio
 Haricots verts bio sauce
tomate
—
Plateau de fromages
 Cantal aop
 Pont l'évêque aop
 Pain bio
—
Fruit

—
Baguette viennoise
et beurre
Petit fromage frais nature au
lait entier

MARDI

*** Menu Végétarien ***

Carottes râpées vinaigrette à
la moutarde
—
Pommes de terre au fromage
à tartiflette
SALADE ICEBERG
et vinaigrette moutarde
—
Yaourt nature
 Pain bio

—
Baguette
Fromage frais Fraidou
Fruit

MERCREDI

 Hoki pmd sauce crème à la
tomate
 Semoule bio
 Ratatouille bio
—
Fromage frais Chanteneige
 Pain bio
—
Fruit

—
Pain complet
Confiture de fraises
Fromage blanc nature

JEUDI

 Salade verte fraîche lcl
et maïs
et vinaigrette moutarde
—
 Bolognaise de boeuf bio
 Macaroni bio
—
 Pain bio
—
Crème dessert saveur vanille

—
Baguette aux céréales
Gelée de groseille
Fruit

VENDREDI

Soupe de légumes (carotte,
navet, céleri, pomme de
terre)
duo de mozzarella et cheddar
râpés
—
 Filet de colin d'Alaska pmd
pané frais
Epinards branches en
béchamel
—
 Pain bio
—
 Flan pâtissier dcg

—
Baguette
 Pâte à tartiner bio
Fruit

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

sOgeres



Courdimanche
Menus du 15/12/2025 au 19/12/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

 Sauté de boeuf char sauce
tomate, basilic

 Carotte bio
au jus de légumes

 Boulgour bio

Plateau de fromages

 Munster aop

 Saint Nectaire aop

 Pain bio

Fruit

Baguette viennoise
Confiture d'abricots
Yaourt nature

MARDI

*** Menu végétarien ***

Mâche et betteraves
et vinaigrette moutarde

 Penne bio sauce pesto,
fèves et cantal râpé

Fromage blanc individuel
sucré différemment :

Miel
Confiture

 Pain bio

Baguette
Gelée de groseille
Fruit

MERCREDI

Boulettes au mouton et boeuf
sauce barbecue

 Purée Dubarry bio (chou
fleur et pommes de terre)

Yaourt aromatisé

 Pain bio

Fruit

Pain complet
Fromage fondu Croc'lait
Coupelle de purée de pommes
et fraises

JEUDI

 Sauté de dinde lr sauce
crème aux champignons
Purée de brocolis et pommes
de terre

 Fromage frais Chanteneige
bio

 Pain bio

Fruit

Baguette aux céréales
et beurre
Fruit

VENDREDI

Salade verte aux pommes et
oranges
et vinaigrette moutarde

 Dés de saumon pmd sauce
basilic

Jardinière de légumes
(carotte, p.pois, h.vert, navet)
au jus de légumes

 Riz bio

 Pain bio

Dessert lacté gélifié saveur
vanille

Baguette
Confiture de fraises
Fruit

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

sOgeres



Appellation
d'Origine Protégée



Certifié Label
Rouge



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable



Viande charolaise

Courdimanche
Menus du 22/12/2025 au 26/12/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Vacances ***

 Poulet lr sauce fines herbes
Pommes de terre boulangères
(oignons, thym)

Petit fromage frais aromatisé
aux fruits

 Pain bio

Fruit

Baguette viennoise
Gelée de groseille
Lait demi écrémé

MARDI

*** Vacances ***

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

 Blanquette de veau lr
Petits pois mijotés

 Riz bio

 Pain bio

Coupelle de purée de pommes
et poire

Baguette
 Pâte à tartiner bio
Fruit

MERCREDI

*** Vacances - Menu
Végétarien ***

 Pain bio

JEUDI

VENDREDI

*** Vacances ***

Salade iceberg
croûtons
et vinaigrette moutarde

 Boulette de boeuf bio
sauce tomate

 Spaghetti bio

et emmental râpé

 Pain bio

 Cake au chocolat, farine lcl

Baguette
Confiture d'abricots
Fruit

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

sOgeres



Appellation
d'Origine
Contrôlée



Certifié Label
Rouge



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit local

Courdimanche
Menus du 29/12/2025 au 02/01/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Vacances *** Menu
végétarien ***

 Ravioli légumes bio vrac
et emmental râpé

Yaourt nature

 Pain bio

Fruit

Baguette viennoise

 Pâte à tartiner bio

Petit fromage frais nature au
lait entier

MARDI

*** Vacances ***

Chou rouge vinaigrette au
cidre

 Hoki pmd sauce bretonne
(champignon, crème, poireau)

Pommes de terre quartier
avec peau
et ketchup

 Pain bio

Crème dessert saveur vanille

Baguette
et beurre

Miel
Fruit

MERCREDI

*** Vacances ***

 Pain bio

JEUDI

Baguette aux céréales
Chocolat au lait
Lait demi écrémé

VENDREDI

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

sOgeres


Issu de
l'agriculture
biologique


Produit de la mer
durable