

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)
Menus du 03/11/2025 au 07/11/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

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)

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

 Pain bio

Dessert lacté gélifié saveur
chocolat

Baguette
et beurre
Fruit

MERCREDI

Pané à l'emmental
Riz

 Carotte bio

Yaourt aromatisé

 Pain bio

Fruit

Pain complet
Fromage fondu
Coupelle de purée de pommes

JEUDI

 Macaroni bio sauce
légumes, pois cassés et
graines de courge

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

 Omelette bio fraîche
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


Issu de
l'agriculture
biologique

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)

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

MENU

de la semaine

LUNDI

 Fricassée de lentilles bio,
légumes bio et pdt bio

—
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

 Omelette bio fraîche
Petits pois mijotés

—
Petit fromage frais aromatisé
aux fruits

 Pain bio

—
Pain complet
Fromage frais Fraidou
Fruit

JEUDI

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 égréné végétal
bio et 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

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)

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

MENU

de la semaine

LUNDI

 Penne bio sauce pesto, fèves et cantal râpé

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

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

 Croque'tofu fromage bio
 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

 Omelette bio fraîche

 Pommes de terre Ici 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

Pané moelleux au gouda
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


Décongelé


Issu de
l'agriculture
biologique


Produit local

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)

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

MENU

de la semaine

LUNDI

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

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

 Pain bio

Dessert lacté gélifié saveur chocolat

Baguette viennoise
et beurre
Miel
Fruit

MARDI

 Fusilli bio sauce égréné végétal à la tomate bio

Camembert

 Pain bio

Fruit

Baguette
Fromage fondu Croc'lait
Jus multifruit

MERCREDI

 Boulettes pois chiches bio et sauce tomate

 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

Pané moelleux au gouda

 Carottes fraîches Ici

 Pain bio

 Beignet framboise dco

Baguette aux céréales
Confiture de fraises
Fruit

VENDREDI

 Riz bio cari de fèves et haricots rouges

 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



Décongelé



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit local

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)

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

MENU

de la semaine

LUNDI

Salade iceberg
et maïs
et vinaigrette moutarde

 Omelette bio fraîche

 Coquillettes bio

Fromage blanc nature

 Pain bio

Baguette viennoise
Confiture de fraises
Fruit

MARDI

 Riz bio et pois chiches bio
tikka massala

Plateau de fromages

 Pont l'évêque aop

 Saint Nectaire aop

 Pain bio

Fruit

Baguette
Gelée de coing
Yaourt nature

MERCREDI

Taboulé
dés d'emmental

Blé, courgettes façon
caponata et câpres

 Pain bio

Fruit

Pain complet
 Pâte à tartiner bio
Lait demi écrémé

JEUDI

Maïs sauce tomate, épices
douces et chips de maïs

Galette fajitas préparation
haricots rouge, maïs et sa
salade verte sauce yaourt
végétal épicée
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

VG. PARMENTIER EGRENE VG

PUREE PATATE DOUCE

Salade iceberg
et vinaigrette moutarde

 Pain bio

Crème dessert chocolat

Baguette
et beurre
Miel
Fruit

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

sOgeres


Appellation
d'Origine Protégée


Issu de
l'agriculture
biologique

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)

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

MENU

de la semaine

LUNDI

Quenelle nature sauce
végétale 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

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

 Tajine, semoule bio et pois
chiches bio

Fromage frais Chanteneige

 Pain bio

Fruit

Pain complet

Confiture de fraises
Fromage blanc nature

JEUDI

 Salade verte fraîche Ici
et maïs
et vinaigrette moutarde

 Macaroni bio sauce égréné
végétal et tomate façon
bolognaise

 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

Pané à l'emmental
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



Appellation
d'Origine Protégée



Décongelé



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit local

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)
Menus du 15/12/2025 au 19/12/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

 Boulgour bio sauce tajine et pois chiches 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 sarrasin lentilles
légumes sauce teriyaki

 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

Beignet stick mozzarella
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

 Quenelle bio sauce tomate
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


Issu de
l'agriculture
biologique

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)

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

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Vacances ***

Pommes de terre au fromage
à tartiflette
Salade iceberg
et vinaigrette moutarde

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

 Korma de riz bio, brunoise
provencale et petits pois bio

 Pain bio

Coupelle de purée de pommes
et poire

Baguette
 Pâte à tartiner bio
Fruit

MERCREDI

*** Vacances***

 Pain bio

JEUDI

VENDREDI

*** Vacances ***

Salade iceberg
croûtons
et vinaigrette moutarde

 Spaghetti bio, lentilles
vertes, tomate bio et
emmental bio

et emmental râpé

 Pain bio

 Cake au chocolat, farine lcl

Baguette
Confiture d'abricots
Fruit

sOgeres

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



Appellation
d'Origine
Contrôlée



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit local

Courdimanche (IMPRESSION VEGETARIEN)
Menus du 29/12/2025 au 02/01/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Vacances ***

 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

Beignet stick mozzarella
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