

Courdimanche
Menus du 02/11/2026 au 06/11/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Menu Végétarien ***

Carottes râpées et vinaigrette
à la moutarde

Omelette nature
Sauce Basquaise

 Tortis tricolores bio

 Pain bio

Dessert lacté gélifié saveur
chocolat

Baguette viennoise
Fromage fondu Vache qui rit
Fruit

MARDI

Emincé de chou rouge
vinaigrette à la moutarde

 Sauté de boeuf lr sauce
moutarde à l'ancienne

Haricots beurre
 Pommes de terre bio

 Pain bio
Petit fromage frais nature au
lait entier

Baguette
Pâte à tartiner sans huile de
palme
Fruit

MERCREDI

 Poulet lr rôti au jus

Légumes couscous (carotte,
courgette, pois chiches, navet,
poivrons, céleri)

 Semoule bio

Camembert

 Pain bio

Fruit de saison

Pain complet
et beurre
Yaourt aromatisé

JEUDI

 Soupe de butternut bio
et mozzarella râpée

 Dés de saumon pmd sauce
curry

 Riz bio

 Pain bio

Fruit de saison

Baguette aux céréales
Miel
Lait demi écrémé

VENDREDI

Salade iceberg
et vinaigrette moutarde
 Saint Nectaire aoc

 Sauté de porc lr sauce
aigre douce (oignon, tomate,
vinaigre)

 Chou fleur bio béchamel

 Pain bio

 Tarte au flan dcg

Baguette
Confiture de fraises
Fruit

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli So Happy

sOgeres


Appellation
d'Origine
Contrôlée


Certifié Label
Rouge


Décongelé


Issu de
l'agriculture
biologique


Produit de la mer
durable

Courdimanche
Menus du 09/11/2026 au 13/11/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

Saucisse chipolatas de porc

Lentilles
Carottes

Edam
 Pain bio

Fruit de saison

Baguette viennoise
et beurre
Miel
Jus de pommes

MARDI

*** Menu Végétarien ***

Salade verte, pamplemousse
et mandarine
et vinaigrette moutarde

 Cari de pois chiche, riz bio
et haricots rouges

 Pain bio

Dessert lacté flan saveur
vanille nappé caramel

Baguette
Gelée de groseille
Fruit

MERCREDI

JEUDI

 Fusilli bio sauce bolognaise
de boeuf bio

Plateau de fromages

 Cantal aop

 Saint Nectaire aop

 Pain bio

Fruit de saison

Baguette aux céréales
Confiture de fraises
Lait demi écrémé

VENDREDI

Chou blanc en rémoulade

 Filet de colin d'Alaska pmd
pané frais

et quartier de citron

 Purée de haricots verts et
pommes de terre bio

 Pain bio

 Yaourt bio le P'tit pré
nature

Baguette
et beurre
Fruit

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli So Happy

sOgeres


Appellation
d'Origine Protégée


Issu de
l'agriculture
biologique


Produit de la mer
durable

Courdimanche
Menus du 16/11/2026 au 20/11/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

 Filet de dinde 1r façon
jambon

 Coquillettes bio

 Pain bio
Yaourt aromatisé

Fruit de saison

Baguette viennoise
Gelée de coing
Lait demi écrémé

MARDI

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

 Merlu pmd sauce citron

Petits pois mijotés

 Boulgour bio

 Pain bio
Yaourt nature

Baguette
et beurre
Fruit

MERCREDI

 Aiguillette de poulet vf
sauce champignons, oignons,
tomates

 Carottes fraîches lcl

 Pommes de terre lcl
persillées fraîches

Coulommiers

 Pain bio

Fruit de saison

Pain complet
Gelée de groseille
Jus d'orange

JEUDI

*** Recette Collection ***

Betteraves croquants de noix
à la crème de chèvre et miel
et vinaigrette framboise

 Parmentier de bœuf bio et
pommes de terre bio

et mozzarella râpée
Salade iceberg
et vinaigrette moutarde

 Pain bio

 Donut's sucré dcg

Baguette aux céréales
Confiture d'abricots
Fruit

VENDREDI

*** Menu Végétarien ***

Soupe de légumes et pommes
de terre frais
 Cantal râpé aop

 Dahl de lentille corail bio et
riz bio

 Pain bio

Fruit de saison

Baguette
Pâte à tartiner sans huile de
palme
Lait demi écrémé

sOgeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli So Happy



Appellation
d'Origine
Protégée



Certifié
Label Rouge



Décongelé



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de
la mer
durable



Produit local



Viande
Française

Courdimanche
Menus du 23/11/2026 au 27/11/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Amuse-bouche : crème de marron ***

 Sauté de boeuf char sauce caramel

Haricots plats
Pommes de terre lamelles

Fromage frais Saint môret

 Pain bio

Fruit de saison

Baguette viennoise
et beurre

Coupelle de purée de pommes
et poire

MARDI

*** Menu Végétarien ***

Radis
et beurre

 Fusilli bio sauce carotte bio
potiron et mozzarella

 Yaourt bio le P'tit pré
nature

 Sucre de canne bio
Miel

 Pain bio

Baguette
Gelée de coing
Fruit

MERCREDI

 Riz bio cari de cabillaud
pmd et haricots rouges

Plateau de fromages

 Pont l'évêque aop

 Cantal aop

 Pain bio

Fruit de saison

Pain complet
Pâte à tartiner sans huile de
palme
Yaourt nature

JEUDI

 Aiguillettes de poulet vf
sauce pomme curry crémée

Purée de patates douces et
pommes de terre

Carré

 Pain bio

Fruit de saison

Baguette aux céréales
et beurre
Miel
Lait demi écrémé

VENDREDI

Salade verte aux pommes et
oranges
et dés d'emmental
et vinaigrette moutarde

 Merlu pmd sauce estragon

Petits pois mijotés

 Pain bio

Gâteau de maïs (farine de blé
locale)

Baguette
Confiture de fraises
Fruit

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli So Happy

sOgeres



Appellation
d'Origine Protégée



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable



Viande charolaise



Viande Française

Courdimanche
Menus du 30/11/2026 au 04/12/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Menu Végétarien ***

Céleri façon rémoulade

 Riz bio sauce façon chili égrené végétal

 Pain bio
Petit fromage frais nature au lait entier

Baguette viennoise
Gelée de groseille
Fruit

MARDI

Salade verte et maïs
et vinaigrette moutarde

 Boulettes de boeuf bio
sauce moutarde à l'ancienne

Lentilles
Carottes

 Pain bio
Yaourt aromatisé

Baguette
Miel
Fruit

MERCREDI

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

Saucisse francfort de volaille

Jardinière de légumes
(carotte, petit pois, haricot vert, navet)
Pâtes

 Pain bio
Liégeois saveur vanille sur lit de caramel

Pain complet
Fromage frais Tartare nature
Fruit

JEUDI

 Soupe de butternut bio

 Filet de dinde 1r façon
jambon

 Purée de pommes de terre bio

 Cantal râpé aop

 Pain bio

Fruit de saison

Baguette aux céréales
et beurre
Lait demi écrémé

VENDREDI

Taboulé
et dés d'emmental

 Colin d'Alaska pmd sauce basilic

Haricots verts

 Pain bio

Fruit de saison

Baguette
Pâte à tartiner sans huile de palme
Petit fromage frais nature au lait entier

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli So Happy

sOgeres


Appellation
d'Origine Protégée


Certifié Label
Rouge


Issu de
l'agriculture
biologique


Produit de la mer
durable

Courdimanche
Menus du 07/12/2026 au 11/12/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

Céleri rémoulade
et dés de mimolette

Nuggets de poulet
et ketchup

Haricots plats

 Blé bio

 Pain bio

Coupelle de purée de pommes
et poire

Baguette viennoise
Confiture de fraises
Fruit

MARDI

 Carotte râpée Ici
vinaigrette à la moutarde

 Sauté de bœuf Ici sauce
barbecue

 Riz bio

 Pain bio

Dessert lacté flan saveur
vanille nappé caramel

Baguette
Pâte à tartiner sans huile de
palme
Fruit

MERCREDI

 Sauté de dinde Ici sauce
aigre douce (oignon, tomate,
vinaigre)

 Pommes de terre Ici
persillées fraîches
Petits pois mijotés

Plateau de fromages

 Saint Nectaire aop

 Cantal aop

 Pain bio

Fruit de saison

Pain complet
et beurre
Miel
Lait demi écrémé

JEUDI

*** Menu Végétarien ***

 Coquille bio semi
complète sauce tartiflette
emmental

 Pain bio
Yaourt aromatisé

Fruit de saison

Baguette aux céréales
et beurre
Yaourt aromatisé

VENDREDI

Salade verte aux pommes et
oranges
et vinaigrette moutarde

 Merlu pmd sauce au curry

Purée de brocolis et pommes
de terre
et mozzarella râpée

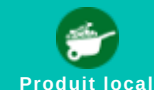
 Pain bio

 Gaufre Bruxelloise dcg

Baguette
Gelée de groseille
Fruit

sOgeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli So Happy



Courdimanche
Menus du 14/12/2026 au 18/12/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

 Sauté de boeuf 1r sauce
façon orientale

 Boulgour bio

Camembert

 Pain bio

Fruit de saison

Baguette viennoise
Gelée de coing
Lait demi écrémé

MARDI

Carottes râpées et vinaigrette
à la moutarde

 Hoki pmd sauce crème,
champignons et poireaux

Epinards branches à la crème
Pommes de terre lamelles

 Pain bio

Yaourt nature
et sucre roux

Assortiment de préparation de
fruits

Baguette
Confiture de fraises
Fruit

MERCREDI

Soupe Courgettes (courgettes,
purée PDT)

Boulettes au mouton et boeuf
sauce tomate

Gratin de chou fleur
et emmental râpé

 Riz bio

 Pain bio

Fruit de saison

Pain complet
Pâte à tartiner sans huile de
palme
Coupelle de purée de pommes
et poire

JEUDI

 Sauté de dinde 1r sauce
champignons crémée

Purée de pommes de terre

Babybel

 Pain bio

Fruit de saison

Baguette aux céréales
Confiture d'abricots
Fruit

VENDREDI

*** Menu Végétarien ***

Salade iceberg
croûtons
et vinaigrette moutarde

 Fusilli bio sauce carotte bio
potiron et mozzarella

 Cantal râpé aop

 Pain bio

Fruit de saison

Baguette
et beurre
Jus d'orange

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli So Happy

sOgeres



Appellation
d'Origine Protégée



Certifié Label
Rouge



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable

Courdimanche
Menus du 21/12/2026 au 25/12/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Vacances ***

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

  Riz bio cari de poulet lr et
haricots rouges

 Pain bio

Crème dessert saveur vanille

Baguette viennoise
et beurre
Fruit

MARDI

*** Vacances *** Menu végétarien ***

Mâche et betterave
et vinaigrette moutarde

 Couscous végétal aux
légumes, pois chiches et
raisins secs, semoule bio

 Pain bio

Petit fromage frais aromatisé
aux fruits

Baguette
Fromage frais Petit Moulé
Fruit

MERCREDI

*** Vacances ***

 Dés de saumon pmd sauce
citron

 Carottes fraîches lcl
 Pommes de terre lcl
persillées fraîches

Bûche mélangé

 Pain bio

Fruit de saison

Pain complet
Confiture de fraises
Lait demi écrémé

JEUDI

VENDREDI

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli So Happy

sOgeres



Certifié Label
Rouge



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable



Produit local

Courdimanche
Menus du 28/12/2026 au 01/01/2027

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Vacances ***

Radis en rondelle
et vinaigrette moutarde

 Sauté de porc 1r sauce
forestière (ail, carotte,
champignon, oignon)

 Pommes de terre bio

 Pain bio
Yaourt nature

Baguette viennoise
Pâte à tartiner sans huile de
palme
Fruit

MARDI

*** Vacances ***

 Sauté de boeuf 1r sauce au
paprika et persil

Carottes
Haricots blancs à la tomate

Plateau de fromages

 Pont l'évêque aop

 Saint Nectaire aop

 Pain bio

Fruit de saison

Baguette
Gelée de groseille
Lait demi écrémé

MERCREDI

*** Vacances *** Menu végétarien ***

 Parmentier égréné végétal
de pois, purée de butternut
bio

Salade verte
et vinaigrette moutarde

Tomme blanche

 Pain bio

Fruit de saison

Pain complet
et beurre
Petit fromage frais nature au
lait entier

JEUDI

VENDREDI

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli So Happy

sOgeres



Appellation
d'Origine Protégée



Certifié Label
Rouge



Issu de
l'agriculture
biologique