



# AU MENU CETTE SEMAINE

## du lundi 07 juillet au dimanche 13 juillet 2025

sOgeres

Eté

Lundi 7	Mardi 8	Mercredi 9	Jeudi 10	Vendredi 11	Samedi 12	Dimanche 13
<p><b>Déjeuner</b> ☀️</p> <p>Betteraves à la vinaigrette</p> <p>...</p> <p>Tomate farcie sans porc</p> <p>Riz</p> <p>...</p> <p>Yaourt nature et sucre</p> <p>Banane</p>	<p><b>Déjeuner</b> ☀️</p> <p>Pâté breton et cornichon</p> <p>...</p> <p>Omelette sauce tomate</p> <p>Penne</p> <p>...</p> <p>Fromage blanc</p> <p>Pasteque</p>	<p><b>Déjeuner</b> ☀️</p> <p><b>Méridional</b></p> <p>Feuillete au fromage</p> <p>...</p> <p>Filet de colin d'alaska froid, compotee basquaise, riz et sauce aioli</p> <p>...</p> <p><b>Emmental</b></p> <p>Pot de crème au chocolat</p>	<p><b>Déjeuner</b> ☀️</p> <p>Haricots verts parfumés au vinaigre balsamique</p> <p>...</p> <p>Steak haché de veau vbf, sauce béarnaise</p> <p>Pommes de terre rissolées</p> <p>...</p> <p>Yaourt nature et sucre</p> <p>Fruit de saison</p>	<p><b>Déjeuner</b> ☀️</p> <p>Concombre à la vinaigrette</p> <p>...</p> <p>Jambonneau nature</p> <p>Lentilles vertes mijotées</p> <p>...</p> <p>Fromage blanc</p> <p>Compote de pommes et framboises allégée en sucre</p>	<p><b>Déjeuner</b> ☀️</p> <p>tomates au basilic</p> <p>...</p> <p>Paëlla au poulet vf et chorizo</p> <p>...</p> <p>Yaourt aromatisé</p> <p>Orange à la cannelle</p>	<p><b>Déjeuner</b> ☀️</p> <p>Taboulé façon libanaise (boulgour, persil, menthe, oignon, tomate)</p> <p>...</p> <p>Filet de hoki vinaigrette à la tomate, au citron &amp; aux herbes fraîches</p> <p>Haricots plats sautés</p> <p>...</p> <p>bleu</p> <p>Tarte fine aux abricots</p>
<p><b>Dîner</b> 🌙</p> <p>Macédoine de légumes vinaigrette à la moutarde à l'ancienne</p> <p>...</p> <p>Tortilla aux pommes de terre</p> <p>...</p> <p>Coulommiers</p> <p>Mousse au chocolat</p>	<p><b>Dîner</b> 🌙</p> <p>Salade de chou blanc à la vinaigrette</p> <p>...</p> <p>Rôti de dinde vf sauce à l'échalote</p> <p>Semoule</p> <p>Carottes fraîches</p> <p>...</p> <p>Fromage fondu carré</p> <p>Milk-shake aux abricots</p>	<p><b>Dîner</b> 🌙</p> <p>Salade de pois chiches menthe et citron</p> <p>...</p> <p>Rôti de porc vf au jus</p> <p>Ble</p> <p>Fondue d'épinards</p> <p>...</p> <p>Yaourt aromatisé</p> <p>Compote de fruits allégée en sucre</p>	<p><b>Dîner</b> 🌙</p> <p>Salade batavia au thon</p> <p>...</p> <p>Crepe aux champignons</p> <p>Ratatouille</p> <p>...</p> <p>Mimolette</p> <p>Pomme</p>	<p><b>Dîner</b> 🌙</p> <p>Salade de blé à la coriandre et vinaigrette crémeuse</p> <p>...</p> <p>Omelette à l'emmental</p> <p>Jardinière de légumes</p> <p>...</p> <p>Brie</p> <p>Salade de fruits frais (abricot, melon vert, nectarine, pastèque)</p>	<p><b>Dîner</b> 🌙</p> <p>Chou fleur vinaigrette</p> <p>...</p> <p>Quiche tomate oignon épinard, parfumée aux deux moutardes</p> <p>Salade laitue à la vinaigrette</p> <p>...</p> <p>Fromage frais petit moulu nature</p> <p>Riz au lait saveur vanille</p>	<p><b>Dîner</b> 🌙</p> <p>Carottes râpées a la vinaigrette</p> <p>...</p> <p>Raviolis gratinés</p> <p>...</p> <p>Yaourt nature et sucre</p> <p>Ananas frais</p>

