



AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 14 septembre au dimanche 20 septembre 2026

sOgeres

Eté

Lundi 14	Mardi 15	Mercredi 16	Jeudi 17	Vendredi 18	Samedi 19	Dimanche 20
Déjeuner ☀️ GREC	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️
Salade de boulgour à la menthe et au vinaigre balsamique	Carottes râpées à la vinaigrette	Betteraves à la vinaigrette	Salade batavia aux croûtons	Tomate parfumée au vinaigre balsamique	Smoothie au melon charentais et basilic frais	Carottes cuites au cumin et au bouillon de légumes
...	...	...	...	...	...	...
Moussaka au bœuf	Haut de cuisse de poulet roti au jus	Saucisses chipolatas rôties	Boulettes de bœuf sauce tomate	Flan de colin d'alaska, surimi et petits légumes / gratin de coquillettes au saumon du narifinque citron & persil	Steak haché de veau, beurre maître d'hôtel	Rôti de dinde froid et condiment aux oignons parfumée au thym
	Bouquets de brocoli		Julienne de légumes sautée		Epinars à la béchamel	
	Macaronis	Pommes de terre sautées	Semoule aux épices	Coquillettes	Blé créole	Salade de pommes de terre l'échalion et ciboulette
...	...	...	...	...	...	...
Yaourt aromatisé	Mimolette	Yaourt nature et sucre	Fromage fondu carré	Fromage blanc	Coulommiers	Tomme grise
Coupe de pastèque	Pot de crème saveur vanille	Ananas frais	Compote de poires allégée en sucre	Soupe de pêche blanche au thé (saveur ice tea)	Riz au lait	Far aux abricots
Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙
Mousse de canard	Concombre au yaourt et à l'aneth	Macédoine de légumes à la vinaigrette crémeuse au vinaigre de cidre	Salade de pommes de terre aux oignons rouges	Tartinade aux lentilles vertes, fromage blanc, échalion & toasts	Œuf dur à la mayonnaise	Salade iceberg à la vinaigrette
...	...	...	...	...	...	...
Filet de colin sauce citron	Dahl de lentilles corail à l'émietté de colin d'alaska & poivron rouge	Croque aux légumes et chèvre (courgette, aubergine, poivron, basilic)	Escalope de porc sauce charcutière	Rôti de dinde sauce à l'échalote	Quiche aux légumes	Omelette à l'espagnole (poivron, tomate, oignon)
Courgettes sautées		Salade iceberg à la vinaigrette	Carottes fraîches	Ratatouille	Salade batavia à la vinaigrette	Courgettes fraîches sautées
Boulgour			Riz thaï parfumé	Purée de pommes de terre		Farfalles (papillons)
...	...	...	...	...	...	...
Saint-paulin	Fromage blanc	Brie	Yaourt nature et sucre	Fromage frais petit moulé nature	Yaourt aromatisé	Yaourt nature et sucre
Compote de pommes et fraises allégée en sucre	Salade de fruits frais (abricot, melon vert, nectarine, pastèque)	Panna cotta coulis fruits rouges	Corbeille de fruits (abricot, banane, nectarine, pastèque, pêche)	Pot de crème saveur café	Corbeille de fruits (abricot, banane, nectarine, pastèque, pêche)	Coupe de banane à la crème anglaise