






























Menus communs 2020 / 5 composantes

Du 2 au 6 Mars 2020



Sogeres
RESTAURATEUR



























	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Salade de pomme de terre, fèves et poulet  Betteraves Salade de tomates  Potage de légumes	Chou fleur en brisure Feuilleté au fromage  Salade coleslaw	 Dips de légumes Salade verte Crêpe aux fromages	 Bouलगour , tomate et poivrons Salade d'endives Salade Mexicaine	Cœur de palmier et maïs Pâté de campagne  Salade de Mâche et betteraves Potage tomate vermicelle 
Plat protidique	Cordon Bleu Boulette de soja tomate sauce aigre douce 	 Colombo de porc  Pates sauce aux légumes et soja	 Roti de veau  Tarte aux Fromages	 Cheeseburger  Fajitas végétarienne	Filet de Hoki sauce coco et citron vert  Boulette de mouton à l'orientale  Bouलगour à la mexicaine 
Sa garniture	Semoule Poêlée de légumes	Riz à l'indienne Printanière de légumes	Blé Gratin de courgette	 Potatoes Légumes cuisinés au cerfeuil	Poêlée de légumes Pâtes
Produits laitiers au choix	Cantadou ail et fines herbes Emmental Yaourt nature	Brie Cantafrais Yaourt nature	Bleu Chanteneige Yaourt nature	Edam Croclait Yaourt nature 	Yaourt nature Kiri St nectaire
Desserts au choix	Doughnut Fromage blanc Exotique Compote de pommes Fruits au choix dont 1 bio	Compote pomme/banane Mousse chocolat au lait  Gâteau Basque Fruit au choix dont 1 bio	Entremet café Abricot au sirop  Tarte caramel chocolat Fruit au choix dont 1 bio	 Smoothie pomme, poire Fromage blanc sucré différemment (sucre, confiture de frais...) Muffin chocolat Fruits au choix dont 1 bio	Jus de de fruits à la centrifugeuse  Brownie  Purée pomme myrtille Fruit au choix dont 1 bio
 Issu du commerce équitable	 Issu de l'agriculture biologique			 Plat végétarien	 Plat du chef

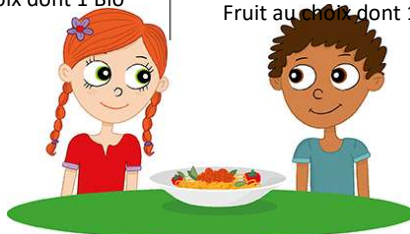
Menus communs 2020 / 5 composantes

Du 9 au 13 Mars 2020



Sogeres
RESTAURATEUR

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix  	Crêpe au fromage Salade pdt césar Salade verte et croustons Potage cultivateur	 Céleri râpé au ciron Taboulé Tomate mozzarella	Saucisson à l ail Champignon a la grecque  Salade iceberg	Menu Mexicain Rillette de poisson à la mexicaine  Carotte râpée Salade mexicaine	 Betterave Macédoine mayonnaise Potage de légumes 
Plat protidique  	Sauté de dinde aigre douce Curry de légumes	 Sauce Carbonara  Sauce 3 fromages	 Omelette basquaise  Pizza reine	 Fajitas au poulet Guadalajara  Chili végétarien Blé de légumes d été au basilic	Escalope viennoise  Marmite de poisson Clafoutis de légumes 
Sa garniture	Semoule Ratatouille	Farfalles Épinard a la crème	Boulgour Aubergines gratinées	 Riz Courgettes au paprika	Pomme de terre grenaille Brocolis
Produits laitiers au choix	Yaourt nature Mimolette Petit cotentin	Yaourt nature Tomme blanche Coulommiers	Yaourt nature Fourme d Ambert Carré	Yaourt nature Edam Fraidou	Yaourt nature Croc lait  St nectaie
Desserts au choix 	 Marbre chocolat Fromage blanc pomme vanille Mousse noix de coco Fruit au choix dont 1 Bio	 Purée pomme figues Liégeois chocolat Gaufre bruxelloise Fruit au choix dont 1 Bio	 Salade de fruits frais Crème dessert vanille Chou a la crème Fruit au choix dont 1 Bio	 Pêche au sirop Bar à Yaourt Gâteau chocolat et haricots rouges Fruit au choix dont 1 Bio Plat végétarien 	Tarte flan Jus de fruits centrifugeuse Entremet caramel Fruit au choix dont 1 Bio Plat du chef 


























Issu de l'agriculture biologique

Menus communs 2020/ 5 composantes

Du 16 au 20 Mars 2020



Sogeres
RESTAURATEUR

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix 	Betteraves  Taboulé de Boulgour Concombre rondelle Potage de légumes	 Cèleri rémoulade Salade de riz a la thaïlandaise Salade verte	Salade au jambon cru  Radis Rillettes	 Ingrédient du FuTur Cake amarante épinard et cheddar  Chou blanc, pomme et noix Œuf dur	 Potage de légumes  Carotte râpée Salade océane Salade de tomate
Plat protidique 	Cote de porc au jus Calamars frits  Gratin de gnocchetti, brocolis, cheddar	 Curry de dinde  Boulette de flageolet Bio	 Wrap chili con carne  Crispi d or fromage	 Couscous bœuf boulette Couscous végétarien aux boulettes de Sarazin	 Saucisse de Strasbourg Hachi végétarien Parmentier de poisson à la courge et butternut
Sa garniture	Purée de pomme de terre courge et butternut Bouquet de légumes	Frites Carottes duo	Coquillette Salade verte	Semoule Légumes couscous	Lentille mijotés au lait Gratin Brocolis ,chou-fleur
Produits laitiers au choix	Yaourt nature Cantafrais Emmental	Yaourt nature Kiri Tomme grise	Yaourt nature Pointe de brie Rondelé	Yaourt nature Camembert Croc lait 	Yaourt nature Bleu Vache qui rit
Desserts au choix	 Barre bretonne Milk Shake banane Crème à la vanille Fruit au choix dont 1 Bio	 Tarte Alsacienne Ananas au sirop Compote pomme, fraise Fruit au choix dont 1 Bio	 Compote de pomme Far breton Poire au sirop Fruits au choix dont 1 bio	 Cake patate douce citron vert et coco Flan nappé caramel Fromage blanc à la confiture de fraise Fruit au choix dont 1 Bio Plat végétarien 	 Gâteau Basque Compote tous fruits Fruits à la centrifugeuse Fruit au choix dont 1 Bio Plat du chef



Issu du commerce équitable



Issu de l'agriculture biologique



Menus communs 2020/ 5 composantes

Du 23 au 27 Mars 2020



Sogeres RESTAURATEUR

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Hors d'œuvre au choix</p>	<p>Ingrédient du FuTur</p> <p>Taboulé sarrasin, orge, millet et raisin sec</p> <p>Salade iceberg</p> <p>Tomate</p> <p>Potage Andalou</p>	<p>Chou bicolore</p> <p>Penne au thon et pesto</p> <p>Rillettes</p>	<p>Carotte râpées épicés</p> <p>Cèleri rémoulades</p> <p>Cervelas vinaigrette</p>	<p>Menu Italien</p> <p>Gaspacho tomate</p> <p>Salade pomme de terre et olives</p> <p>Tartine tapenade de tomate au basilic</p>	<p>Saucisson sec</p> <p>Haricots beurre</p> <p>Radis rondelles</p> <p>Potage de légumes</p>
<p>Plat protidique</p>	<p>Nuggets de filet de poulet</p> <p>Blé nuggets</p>	<p>Emincé de porc au caramel</p> <p>Boulette de soja sauce samourai</p>	<p>Daube de bœuf provençal</p> <p>Pate ratatouille lentille</p>	<p>Pâte à la romaine</p> <p>Lasagne chèvre et épinard</p>	<p>Pâtes ratatouille et lentille corail</p> <p>Pavé de merlu sauce aux agrumes</p> <p>Saucisse chipolatas</p>
<p>Sa garniture</p>	<p>Purée de pois cassés</p> <p>Epinards</p>	<p>Pomme de terre boulangère</p> <p>Carottes</p>	<p>Blé</p> <p>Ratatouille a la niçoise</p>	<p>Pâtes</p> <p>Tian de légumes</p>	<p>Gnocchettis</p> <p>Flan de courgettes</p>
<p>Produits laitiers au choix</p>	<p>Yaourt nature Carré mimolette</p>	<p>Yaourt nature Cantafrais Tomme grise</p>	<p>Yaourt nature Croque lait St Paulin</p>	<p>Yaourt nature Petit moulé brie</p>	<p>Yaourt nature Gouda Petit contentin</p>
<p>Desserts au choix</p>	<p>Marbre chocolat</p> <p>Crème dessert vanille</p> <p>Compote pomme fraise</p> <p>Fruit au choix dont 1 Bio</p>	<p>Assiette de fruits</p> <p>Beignet framboise</p> <p>Entremet citron</p> <p>Fruit au choix dont 1 bio</p>	<p>Salade de fruit</p> <p>Tarte aux pommes</p> <p>Crème dessert</p> <p>Fruit au choix dont 1 Bio</p>	<p>Tarte citron</p> <p>Fromage blanc Straciatella</p> <p>Salade de fruits frais</p> <p>Fruit au choix dont 1 Bio</p>	<p>Gâteau au chocolat</p> <p>Abricot au sirop</p> <p>Jus de fruits à la centrifugeuse</p> <p>Fruit au choix dont 1 Bio</p>
<p>Issu du commerce équitable</p> <p>Issu de l'agriculture biologique</p>				<p>Plat végétarien</p>	<p>Plat du chef</p>

























Menus communs 2019 / 5 composantes

Du 30 Mars au 3 Avril 2020



Sogeres RESTAURATEUR

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Macédoine mayonnaise  Betterave Salade de pâtes au surimi	Chou blanc et vinaigrette aux agrumes Salade iceberg Salade de riz composée	Dip carotte houmous betteraves  Carotte grecques Salade de blé à la menthe	Salade verte crème de noisette Crêpe au fromage  Œufs durs	Carottes râpées  Pâté de campagne Salade de tomates
Plat protidique	 Colombo de porc  Couscous végétarien	 Emincé de dinde sauce kebab  Samoussa végétarien	 Epinard à la florentine  Rôti de veau sauce navarin	 Parmentier de Bœuf Flan de patate douce, pdt et mozzarella 	 Filet de lieu Sauce Agrume Cordon bleu Brocolimentier 
Sa garniture	Semoule  Printanières de légumes	Duo de courgettes Riz	Purée Duo de haricots et tomates	Carottes Salade verte	Boulgour Brocolis
Produits laitiers au choix	Yaourt nature Cantadou brie 	Yaourt nature Carré Edam 	Yaourt nature Babybel Camembert	Yaourt nature Croque lait Emmental	Yaourt nature Mont cadé Cantafrais
Desserts au choix	 Crêpe Bio Compote de pomme Fromage blanc À la fraise et pistache Fruit au choix dont 1 Bio	 Eclair au chocolat Gélifié chocolat Flan vanille nappé caramel Fruit au choix dont 1 Bio	 Entremet flan praliné Millefeuille Choux à la crème Fruit au choix dont 1 Bio	 Gâteau de pommes maison Smoothie carotte et orange Yaourt bar Fruit au choix dont 1 Bio	 Tarte Coco Riz au lait Fruits à la Centrifugeuse Fruit au choix dont 1 Bio



Issu du commerce équitable



Issu de l'agriculture biologique



Plat végétarien



Plat du chef

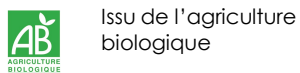
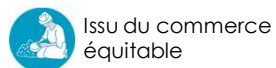
Menus communs 2020 / 5 composantes

Du 6 au 10 Avril 2020



Sogeres RESTAURATEUR

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Hors d'œuvre au choix	Friand Coleslaw Haricots verts échalotte	Salade de betteraves Concombre Salade pate mimolette	Choux fleur tomate Endives Salade composée	Cake au thon, Carottes râpées Salade de mâche, chèvre et croutons	Chou chinois et carottes râpées taboulé Salade de tomate
Plat protidique	Pâtes sauce kebab Capelleti, épinards et tofu	Steak haché de veau Label rouge Quiche aux légumes	Pain de viande aux flocons D'avoine Pizza 3 fromages	Saucisse chipolata Tarte aux 3 fromages	Des de poisson à la florentine et vache qui rit Wings de poulet Ragoût de petits légumes et lentilles
Sa garniture	Coquillette Salade verte	Riz Gratin de chou fleur	Pomme de terre, chèvre Et Brocolis	Semoule Poêlée de légumes	Frites Cordiale de légumes
Produits laitiers au choix	Yaourt nature Tartare Brie	Yaourt nature Fourme kiri	Yaourt nature Comte Cœur de dame	Yaourt nature Croc lait emmental	Yaourt nature Cantadou cantal
Desserts au choix	Abricot au sirop Barre bretonne Crème caramel Fruit au choix dont 1 bio	Tarte flan Mousse praliné Compote aux pommes Fruit au choix dont 1 Bio	Gâteau coco, chocolat Salade de pêche au miel Semoule au lait Fruit au choix dont 1 Bio	Tarte caramel chocolat Compote pomme/banane Ile flottante Fruit au choix dont 1 bio	Fromage blanc Brisure Oreo Jus de fruits a la centrifugeuse Roule chocolat Fruit au choix dont 1 bio



Plat végétarien



Plat du chef