

# Menus communs 2020 / 5 composantes

Du 8 mars au 12 mars 2021



Menu asiatique



Sogeres RESTAURATEUR

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Hors d'œuvre au choix</b>	Betterave cube Salade de pdt fèves et poulet tomates	Brocolis façon mimosa Saucisson sec Salade coleslaw	Céleri râpé Salade du pêcheur Crêpe aux fromages	Concombre à la menthe Salade de choux chinois Carotte râpée ,haricots Mungo Acras de morue	Carottes râpées Potage J,Darblay (poireau/navet/carotte) Pâté campagne Salade iceberg
<b>Plat protidique</b>	Cordon bleu de dinde Pates ratatouille pois cassé emmental	Pilon de poulet sauce barbecue Lasagne aux légumes du sud	Tartiflette Tarte aux Fromages	Emincé de porc aigre douce Samossa aux légumes	Boulette de bœuf façon orientale Céleri' mentier de poisson Boulgour Mexicaine
<b>Sa garniture</b>	Tortis 3 couleurs Poêlée de légumes	Pomme de terre rissolée Poêlée méridionale	Blé provençale Gratin de courgettes	Riz Cantonais Wok de légumes chinois	Semoule Légumes couscous
<b>Produits laitiers au choix</b>	Yaourt nature Cantadou ail et fines herbes emmental	Brie Cantafrais Yaourt nature	Bleu Chanteneige Yaourt nature	Edam Croc lait Yaourt nature	Saint Nectaire AOP kiri Yaourt nature
<b>Desserts au choix</b>	Beignet chocolat noisette Compote pomme Fromage blanc riz soufflé au chocolat Fruit au choix dont 1 Bio	Compote pomme/banane Mousse chocolat au lait Tarte citron Fruit au choix dont 1 bio	Entremet café Abricot au sirop Tarte caramel chocolat Fruit au choix dont 1 bio	Gâteau coco chocolat ananas Fromage blanc sucré aux fruits croquant façon bar a yaourt Litchi aux sirop Fruits au choix dont 1 bio	Fruits à la centrifugeuse Compote allégée pomme Cassis Barre Bretonne Fruits 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 15 Mars au 19 Mars 2021

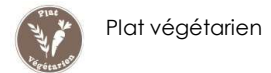
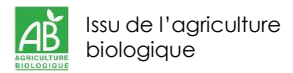
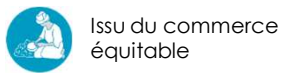


Sogeres  
RESTAURATEUR

Menu espagnole



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Hors d'œuvre au choix</b>	Crêpe au fromage Salade pdt César Salade d'Endive	Salade Florida Taboulé Millet amarante Sarrazin Potage Choisy Chou rouge vinaigrette	Salade iceberg et crouton Pâté de campagne Amarante vinaigrette aux agrumes	Carotte râpée orange Cake épinard pesto sauce fromage blanc Rillettes de sardine et céleri Salade Espagnole	Choux blanc vinaigrette Bouillon de légumes vermicelle Tartinade de haricot blanc Salade Océane
<b>Plat protidique</b>	Steak haché de bœuf sauce bordelaise Curry de légumes/pdt 	Pâtes à la Romaine Pâtes à la ratatouille pois cassé emmental 	Burritos Omelette Campésina 	Poulet Basquaise Paëlla encornet chorizo Tortilla pomme de terre 	Cotriade de poisson Rougail saucisse Dauphinois végétarien 
<b>Sa garniture</b>	Semoule Ratatouille	Farfalles Épinard à la crème	Blé à la provençal Haricot beurre	Riz Courgettes à la Provençale	Pdt Grenaille Poêlée Texane
<b>Produits laitiers au choix</b>	Yaourt nature Mimolette Petit cotentin	Yaourt nature Fromage frais demi sel Saint Paulin	Yaourt nature Cantal jeune kiri	Yaourt nature Edam Fraidou	Yaourt nature St nectaire AOP Croc lait
<b>Desserts au choix</b>	Pain d'Épice Compote Pomme Île flottante Fruit au choix dont 1 Bio	Pomme rôtie Liégeois chocolat Tarte flan Fruit au choix dont 1 Bio	Millefeuille Pêche au sirop Crème citron	Pêche au sirop Crème Catalane Gâteau Basque Fruit au choix dont 1 Bio	Entremet caramel Fruits à la centrifugeuse Gâteau Chocolat Fruit au choix dont 1 Bio



# Menus communs 2020/ 5 composantes

Du 22 Mars au 26 Mars 2021



Sogeres RESTAURATEUR



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Hors d'œuvre au choix</b>	Betteraves Rillettes Concombre rondelle	Courgette râpée ciboulette Salade Blé tomate concombre menthe Potage paysan Mais poivron emmental	Salade au jambon cru Radis Rilette	<u>Ingrédient du FuTur</u> Cake amarante épinard et cheddar Chou blanc, pomme et noix Œuf dur	Carotte râpée Salade océane Panais rémoulade pomme Soupe de lentilles
<b>Plat protidique</b>	Cote de porc au jus Beignets de Calamars frits Pomme de terre au fromage	Emincé de dinde chasseur Nuggets crispidor fromage	Cheeseburger Tortilla campesina	Bœuf boulette sauce tomate Boulette lentilles Sarrazin	Saucisse de Strasbourg Pâtes à la ratatouille pois cassé emmental Parmentier de poisson courge et butternut
<b>Sa garniture</b>	Purée de pomme de terre courge et butternut Bouquet de légumes	Semoule Carottes	Coquillette Salade verte	Riz pilaf Flan de chou-fleur	Lentilles mijotées au lait Gratin Brocolis ,chou-fleur
<b>Produits laitiers au choix</b>	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
<b>Desserts au choix</b>	Donuts Milk Shake banane Crème dessert à la vanille Fruit au choix dont 1 Bio	Tarte Alsacienne Smoothie Ananas fruits rouge orange Compote pomme, fraise Fruit au choix dont 1 Bio	Compote de pomme Far breton Poire au sirop Fruits au choix dont 1 Bio	Brookies Flan nappé caramel Polenta au chocolat	Gâteau au yaourt Compote tous fruits Fruits à la centrifugeuse Fruit au choix dont 1 Bio



Issu du commerce équitable






















# Menus communs 2020/ 5 composantes

Du 29 Mars au 02 avril 2021



Sogeres  
RESTAURATEUR

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Hors d'œuvre au choix</b>	 <b>Carotte râpée épicée</b> Penne au pesto rouge Salade Iceberg	 <b>Radis beurre</b> Taboulé au fromage de brebis Potage Andalou Rillettes	Pomme de terre en salade au pesto  <b>Céleri rémoulades</b> Cervelas vinaigrette	 <b>Betterave/pomme</b> Pate Breton Salade Bretonne	 <b>Salade Paysanne</b> Haricot beurre/ échalote Friand au fromage
<b>Plat protidique</b>	Chipolatas <b>Risotto petit pois cheddar</b> 	 Sauce bolognaise <b>Pâtes potiron carotte mozzarella</b> 	 Daube de bœuf provençal <b>Gratin pdt brocolis mozzarella cheddar</b> 	Jambon fumé braisé  <b>Fondant fromage Brebis</b> 	 Parmentier de thon Nuggets de poulet <b>Pates ratatouille lentilles corail</b> 
<b>Sa garniture</b>	 Purée de pomme de terre Purée de pois cassé Poêlée de légumes	Penne Carottes	Blé Ratatouille a la niçoise	Pomme boulangère  Epinards en branche	Mélange 5 céréales Flan de carotte au curry
<b>Produits laitiers au choix</b>	Yaourt nature Carré mimolette	Yaourt nature Cantafrais Tomme grise	Yaourt nature Croque lait St Paulin	Yaourt nature Brie petit moulé	Yaourt nature Gouda Petit moulé ail et fine
<b>Desserts au choix</b>	Barre Bretonne  Gélifié chocolat Compote pomme fraise Fruit au choix dont 1 Bio	Smoothie pomme banane abricot Paris-Brest Salade de fruits Fruit au choix dont 1 bio	 Salade de fruit Tarte aux pommes Crème dessert Fruit au choix dont 1 Bio	Salade de fruits frais Gâteau au pépite de chocolat Riz au lait  Fruit au choix dont 1 Bio	Abricot au sirop Tarte noix de coco Chocolat Liégeois Fruit au choix dont 1 Bio



Issu du commerce équitable



Issu de l'agriculture biologique



Plat végétarien



Plat du chef

# Menus communs 2019 / 5 composantes

Du 05 Avril au 09 Avril 2021



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Hors d'œuvre au choix</b>		Chou blanc Salade iceberg Salade de riz composée Potage cultivateur	Dip carotte houmous betteraves Salade grecque Salade de blé a la menthe	Salade Epinard poire ricotta menthe et sauge Salade verte edam Œufs durs	Carotte râpée Rillettes Haricot beurre à l'échalote Potage Crécy
<b>Plat protidique</b>	Lundi de pâques	Escalope de dinde viennoise Samoussa végétarien	Rôti de veau au romarin Epinard à la Florentine	Gigot d'agneau rôti à l'ail Poisson meunière sauce végétale Clafoutis carotte pdt et mozzarella	Boulette de bœuf à la catalane Filet de colin aux Agrumes Brocolimentier
<b>Sa garniture</b>		Courgettes à la provençale Semoule	Purée Duo de haricots et tomates	Haricot plat Pomme noisette	Tortis tricolore Brocolis
<b>Produits laitiers au choix</b>		Yaourt nature Carré Edam	Yaourt nature Babybel Camembert	Yaourt nature Croque lait Emmental	Yaourt nature Mont cadri Cantafrais
<b>Desserts au choix</b>		Eclair au chocolat Poire au sirop Flan vanille nappe caramel Fruit au choix dont 1 Bio	Crêpe flan praliné Millefeuille Choux a la crème Fruit au choix dont 1 Bio	Cloche de Pâques Smoothie carotte et orange Fromage blanc fruit croquant Fruit au choix dont 1 Bio	Comptée pomme fraise betterave Muffin aux pépite de chocolat Fruits à la Centrifugeuse Fruit au choix dont 1 Bio



Issu du commerce équitable



Issu de l'agriculture biologique



Plat végétarien



Plat du chef




















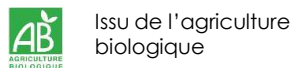
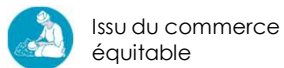
# Menus communs 2020 / 5 composantes

Du 12 Avril au 16 Avril 2021



Sogeres RESTAURATEUR

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Hors d'œuvre au choix</b>	Crêpe au fromage  Salade coleslaw Haricot vert à l'échalotte	Concombre rondelles  Betteraves Salade pate mimolette Potage légumes vermicelle	Choux fleur maïs tomate  Endives Taboulé	Salade de pomme de terre et olive  Tomate mozzarella Concombre à la crème de paprika	 Chou chinois Taboulé Potage Choisy Salade de tomate
<b>Plat protidique</b>	Nuggets de poisson Gratin Méditerranéen 	 Poulet Yassa Quiche aux légumes 	 kebab Pizza 3 fromages 	 Pâtes à la Romaine Pâtes ratatouille pois cassé emmental 	Dés de poisson à la florentine et vache qui rit  Saucisse de Strasbourg Ragoût de petits légumes et lentilles 
<b>Sa garniture</b>	 Riz Haricots vert persillés	Semoule Gratin de chou fleur et brocolis	Pommes de terre en robe des champs Haricot beurre	 Penne Tian de légumes	Frites Epinard branche au jus
<b>Produits laitiers au choix</b>	Yaourt nature Tartare nature brie	Yaourt nature Fourme d'Ambert kiri	Yaourt nature Comte Cœur de dame	Yaourt nature Croc lait emmental 	Yaourt nature Cantadou cantal
<b>Desserts au choix</b>	Beignet chocolat noisette Crème dessert caramel Compote aux pommes Fruit au choix dont 1 Bio	Tarte flan Mousse chocolat au lait Compote tout fruit Fruit au choix dont 1 Bio	Gâteau coco, chocolat Salade de pêche au miel Semoule au lait Fruit au choix dont 1 Bio	Tiramisu Yaourt crème citron Ile flottante Fruit au choix dont 1 bio	Flan vanille nappé caramel Jus de fruits a la centrifugeuse Roule chocolat Fruit au choix dont 1 bio



Plat végétarien



Plat du chef


















# Menus communs 2020 / 5 composantes

Du 19 Avril au 23 Avril 2021



Sogeres  
RESTAURATEUR

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Hors d'œuvre au choix</b>	Piémontaise au poulet  Betteraves Salade de tomates	Chou fleur en brisure Crêpe au fromage  Salade coleslaw	 Dips de légumes Salade verte Saucisson à l'ail	Cake saucisse oignon navet moutarde Choux bicolor  Salade verte edam	Rillette de thon Pâté de campagne Salade de Mâche et  Céleri
<b>Plat protidique</b>	 Sauce Carbonara  Pâtes ratatouille pois cassé emmental	 Sauté de dinde à la noix de coco  Chili sin carne	Fajitas bolognaise  Fajitas haricot rouge poivron	 Tartiflette  Dauphinois courgette pdt basilic	 Filet de merlu crumble de chorizo Boulette de mouton à l'orientale <b>au ketchup de Carotte</b>  <b>Boullgour à la mexicaine</b>
<b>Sa garniture</b>	Tortis trois couleurs Ratatouille	Riz à l'indienne Poêlée Campagnarde	Blé Gratin de courgette	Salade verte Duo de carotte et panais	Poêlée de légumes Semoule
<b>Produits laitiers au choix</b>	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
<b>Desserts au choix</b>	 Donuts sucre Fromage blanc brisure Oréo Compote de pommes Fruits au choix dont 1 bio	Compote pomme/banane Mousse chocolat au lait Crumble aux pommes Fruit au choix dont 1 bio	Entremet café Abricot au sirop Tarte caramel chocolat Fruit au choix dont 1 bio	Découpe d'Ananas Tarte flan Crème dessert caramel Fruit au choix dont 1bio	Jus de de fruits à la centrifugeuse Cake chocolat mandarine Purée pomme myrtille Fruit au choix dont 1bio

