

Lège Cap Ferret
Menus du 04/09/2023 au 08/09/2023

MENU

de la semaine

LUNDI

C'est la fête : repas de la rentrée

Melon charentais

 Boulettes de boeuf bio jus aux oignons et ketchup

Pommes de terre quartier avec peau

Camembert

 Dessert lacté flan vanille nappé caramel bio

MARDI

 Carottes râpées bio

 Rôti de dinde lr sauce miel

 Gratin de courgettes bio

 Saint Nectaire aop

 Donut's dcg

MERCREDI

Salade de betteraves

Carbonara* (sauce à la crème, champignons et lardons de porc)
Viande carbonara sauce amatriciana

 Coquille bio semi-complet et emmental râpé

Yaourt aromatisé

 Fruit bio

Pain au lait
Fromage blanc aromatisé
Jus multifruit

JEUDI

Repas végétarien

Taboulé

Nuggets de blé
Poêlée d'été (duo de courgettes, haricot plat et maïs)

 Fromage fondu vache qui rit bio

 Fruit bio

VENDREDI

Saucisson à l'ail* et cornichon

Emincé de thon sauce aux fines herbes

 Blé bio

Petit fromage blanc aux fruits

Assiette de fruits frais

Figue fraîche

 Banane bio

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Bon Appétit

sOgeres



Appellation d'Origine Protégée



Certifié Label Rouge



Décongelé



Issu de l'agriculture biologique

Lège Cap Ferret
Menus du 11/09/2023 au 15/09/2023

MENU

de la semaine

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Quiche lorraine *
Crêpe à l'emmental

Aiguillettes de poulet jus aux
oignons

 Haricots verts bio

Fromage blanc aromatisé

 Fruit bio

Repas végétarien

 Melon bio

Couscous de légumes, fèves et
semoule

Jus de légumes

 Saint Paulin bio

Mousse au chocolat au lait

 Salade coleslaw bio

 Médaillon de merlu pmd sauce
bretonne

Pommes de terre vapeur

Petit fromage frais sucré

 Fruit bio

Pain

Pâte à tartiner individuelle

Yaourt nature sucré

 Salade de tomate bio

 Bolognaise de canard cpne

 Riz bio

Tomme blanche

Dessert lacté flan saveur vanille
nappé caramel

Concombre en rondelles

Cordon bleu de volaille

 Carottes bio

 Yaourt bio brassé framboise,
abricot

 Brownie mexicain cpne (à base
de haricots rouges)

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

sOgeres

Bon Appétit



Cuisiné par nos
équipes



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable

Lège Cap Ferret
Menus du 18/09/2023 au 22/09/2023

MENU

de la semaine

LUNDI

Tranche de pastèque

 Sauté de boeuf bio à la hongroise (paprika doux, crème)
Haricots beurre

 Pont l'Evêque aop

 Quatre quarts bio

MARDI

Repas végétarien

 Salade de tomate bio

Enchilada (Haricots rouges, maïs)
Tortilla de blé

Mimolette

 Crème dessert bio à la vanille

MERCREDI

Oeuf dur
et mayonnaise

 Rôti de porc bio
Jus de rôti
Ratatouille à la niçoise

 Edam bio

Smoothie de pommes et bananes

Gâteau moelleux au citron
Fromage blanc sucré
Fruit

JEUDI

*** Les pas pareilles ***

Macédoine mayonnaise

 Parmentier de boeuf aux deux
pommes (pdt fraîche) cpne

 Yaourt bio au citron

 Fruit bio

VENDREDI

 Salade verte fraîche bio
et oignons frits

 Hoki pmd sauce armoricaine

 Riz bio

Fromage frais Saint môret

Liégeois chocolat

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

sOgeres

Bon Appétit



Appellation d'Origine
Protégée



Cuisiné par nos
équipes



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable

Lège Cap Ferret
Menus du 25/09/2023 au 29/09/2023

MENU

de la semaine

LUNDI

Radis
Beurre
Sauté de dinde lr au thym
Semoule bio
Emmental bio
Cocktail de fruits

MARDI

Salade de betteraves bio
Filet de colin d'Alaska pmd
pané frais
et quartier de citron
Epinards branches à la crème
Fromage blanc aromatisé
Fruit bio

MERCREDI

Crêpe à l'emmental
Rôti de boeuf vbf
Jus de rôti
Purée de potiron et pommes de
terre
Camembert bio
Fruit bio

Pain
Chocolat au lait (tablette)
Briquette de lait fraise

JEUDI

Repas végétarien

Salade de tomate bio
Tajine de légumes, pois chiches,
patate douce, boulgour
Coulommiers bio
Eclair parfum au chocolat dcg

VENDREDI

Céleri bio rémoulade
Courgettes farcies (volaille)
sauce tomate
Riz bio
Tomme grise
Crème dessert à la vanille

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Bon Appétit

sOgeres



Certifié Label Rouge



Décongelé



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable



Viande Bovine
Française