


Lège Cap Ferret
Menus du 06/05/2024 au 10/05/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

Repas végétarien

 Œuf dur bio
et mayonnaise


Couscous de légumes, fèves et
semoule

Yaourt aromatisé

 Fruit bio

MARDI

 Concombres en cubes bio

 Filet de colin d'Alaska pmd
pané frais
et quartier de citron
Carottes bâtonnets
Pommes de terre vapeur

Mimolette

 Crème dessert bio à la vanille

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

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

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres


Issu de l'agriculture
biologique


Produit de la mer
durable


Lège Cap Ferret
Menus du 13/05/2024 au 17/05/2024

MENU

de la semaine


LUNDI

Repas végétarien

 Salade de betteraves bio

 Omelette opa

Ratatouille à la niçoise
Pommes de terre vapeur

 Yaourt bio à la myrtille

Fruit frais

MARDI

 Tomate bio

 Jambon blanc* Ir
Riz


Courgettes à la provençale


 Saint Nectaire aop

 Dessert lacté flan vanille nappé
caramel bio

MERCREDI

Samoussa de légumes

 Emincé de dinde Ir sauce au
thym

 Brocolis bio


Tomme blanche

 Fruit bio

Pain
Confiture de lait
Yaourt nature sucré

JEUDI

Poireaux


 Rôti de boeuf char
et son jus
Frites


 Fromage blanc bio
Sucre


Assiette de fruits de printemps
(banane et fraises BIO)

VENDREDI


** Amuse-Bouche : Cornichon aigre douce **

 Salade coleslaw bio

 Meunière colin pmd d'Alaska
frais
et quartier de citron

 Epinards branche bio à la
crème

 Cantal aop

 Gâteau basque dcg

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres


Œuf de poule
élevée en plein
air


Appellation
d'Origine
Protégée


Certifié Label
Rouge


Décongelé


Issu de
l'agriculture
biologique


Produit de la
mer durable


Viande
charolaise

Lège Cap Ferret
Menus du 20/05/2024 au 24/05/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI


Repas végétarien

 Tomate bio

Lasagne ricotta épinard

Yaourt aromatisé

 Fruit bio


 Salade de betteraves bio et
maïs


Saucisse de Strasbourg*
Haricots blancs à la tomate

Coulommiers

 Fruit bio

Riz soufflé au chocolat
Compote de pommes et bananes
allégée en sucre
Lait demi écrémé


 Salade verte bio
et croûtons


 Aiguillettes de poulet vf jus aux
oignons
Carottes
Pommes de terre vapeur

 Pointe de brie bio

Liégeois chocolat

** Les Pas Pareilles : Gâteau au
caramel et topping caramel **

 Concombres en rondelles bio

 Filet de colin d'Alaska pmd
pané frais
et quartier de citron
Ratatouille à la niçoise

 Riz bio

Fromage frais cantafrais

Gâteau au caramel
caramel liquide

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable






Viande Française

Lège Cap Ferret
Menus du 27/05/2024 au 31/05/2024




MENU

de la semaine



LUNDI

 Tomate bio
—
Emincé de saumon sauce citron
 Brocolis bio
—
Petit fromage blanc aux fruits
—
 Donut's dcg

MARDI

Houmous
—
Cordon bleu de volaille
 Carottes bio
au persil
—
 Saint Nectaire aop
—
 Fruit bio

MERCREDI



Radis
et beurre
—
 Sauté de bœuf bio sauce aux
olives
Semoule
—
Bûche mélangée (lait vache et
chèvre)
—
 Purée de pommes bio (frais) et
myrtille

—
Pain au lait
Fruit frais
Briquette de lait chocolaté

JEUDI

*****Repas végétarien*****
 Concombre bio tzaziki
—
Dauphinois de courgettes et
pommes de terre au basilic
—
Gouda
—
 Dessert lacté flan vanille nappé
caramel bio

VENDREDI

Macédoine mayonnaise
—
 Rôti de porc bio
et son jus
 Coquillettes bio
—
Fromage blanc aromatisé
—
Fruit frais

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine
Protégée



Décongelé



Issu de l'agriculture
biologique

Lège Cap Ferret
Menus du 03/06/2024 au 07/06/2024

MENU
de la semaine

LUNDI

Repas végétarien

 Melon bio

Farfalles aux légumes du sud et
dés de fromage de brebis


 Cantal aop

 Crème dessert bio chocolat

MARDI

Duo de coeur de palmiers et maïs

Emincé de thon sauce armoricaine
Haricots beurre
Pommes de terre vapeur

 Yaourt bio brassé à la fraise

 Fruit bio

MERCREDI

*** Pique nique ***


 Filet de dinde lr façon jambon
Chips


Fromage fondu kiri


Fruit frais

Biscuit tablette au chocolat au lait
Fruit
Yaourt nature sucré

JEUDI

 Concombres en rondelles bio

 Rôti de boeuf char
et son jus
Jardinière de légumes (carotte,
p.pois, h.vert, navet)
au jus de légumes

 Fromage blanc bio
Sucre

Cake nature

VENDREDI

Rillettes de canard
Pain navette

 Meunière colin pmd d'Alaska
frais

et quartier de citron

 Riz bio
Ratatouille à la niçoise

Camembert

 Fruit bio

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine
Protégée



Certifié Label Rouge



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable



Viande charolaise


Lège Cap Ferret
Menus du 10/06/2024 au 14/06/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

Macédoine mayonnaise

 Sauté de boeuf bio sauce
poivrade (oignon, carotte, vinaigre,
herbes)
Frites


Saint Paulin

 Fruit bio


MARDI

Repas végétarien

Radis
et beurre


 Korma, riz bio, brunoise
provençale, petits pois bio


Tomme blanche

 Flan au chocolat bio

MERCREDI

Feuilleté au fromage fondu

 Rôti de porc bio
Sauce au romarin
Samoussa de légumes
Carottes bâtonnets
au jus de légumes

 Bleu d'auvergne aop


 Fruit bio

Pain
Chocolat au lait (tablette)
Fromage blanc sucré


JEUDI

** Les Pas Pareilles : Assiettes
de fruits melon orange et jaune**

Houmous

 Poisson blanc pané croustillant
pmd
et quartier de citron


 Chou fleur bio en gratin


 Yaourt bio aromatisé vanille

Assiette de fruits d'été (Melon
jaune - Melon Charentais)

VENDREDI

 Pastèque bio

 Aiguillettes de poulet vf jus aux
oignons

 Coquille bio semi-complet

 Saint Nectaire aop

Purée de pomme fraîche

sOgeres

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



Appellation d'Origine
Protégée



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable



Viande Française


Lège Cap Ferret
Menus du 17/06/2024 au 21/06/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

Repas végétarien

 Tomate bio

Chili sin carne

 Riz bio


Tomme grise

Crème dessert au caramel

MARDI

Salade de blé aux petits légumes

 Omelette opa


 Haricots vert bio à l'ail

Petit fromage blanc aux fruits

 Fruit bio

MERCREDI

 Melon bio

 Brandade de poisson pmd
purée bio

Montcadi croûte noire

Ile flottante
et sa crème anglaise

Barre bretonne à partager
Fruit
Lait demi écrémé

JEUDI

Flan de tomate, chèvre et origan
sauce fromage blanc et salade

Cordon bleu de volaille
Carottes
au persil


 Yaourt bio aromatisé framboise

 Fruit bio

VENDREDI

*** Amuse-Bouche : Graines de Courge ***

Bâtonnets de concombre

 Jambon blanc* Ir
Oeuf dur

Salade de pâtes à la grecque
(tomate,poivron,brebis,olive)

 Coulommiers bio

Batonnet freeze

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Oeuf de poule élevée
en plein air



Certifié Label Rouge



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable


Lège Cap Ferret
Menus du 24/06/2024 au 28/06/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

Salade de pommes de terre
Sauce ravigote


 Boeuf bio tomat'olive
Duo de courgettes jaune et verte

 Pont l'Evêque aop


 Fruit bio


MARDI

Salade iceberg
Raisin sec

 Rôti de dinde lr
sauce provençale


 Haricots verts bio persillés

 Fromage blanc bio
Sucre

 Tarte aux abricots dcg

MERCREDI

Carottes râpées

 Hoki pmd sauce marseillaise
(soupe de poisson, pulpe de
tomate, huile d'olive, ail)

 Coquillettes bio

 Saint Paulin bio

Dessert lacté flan saveur vanille
nappé caramel


Pain
Chocolat noir (tablette)
Fruit

JEUDI

Repas végétarien

Gaspacho de tomates

Tajine de légumes, pois chiches,
patate douce, boulgour, amande


 Yaourt bio aromatisé vanille


 Fruit bio

VENDREDI

** C'est la fête : Bientôt les
vacances **

 Pastèque bio

 Meunière colin pmd d'Alaska
frais
et ketchup

 Riz bio safrané

Emmental

Smoothie framboise et basilic

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine
Protégée



Certifié Label Rouge



Décongelé



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable