

Lège Cap Ferret
Menus du 01/12/2025 au 05/12/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

 Taboulé aux raisins secs,
semoule bio

—

 Poulet rôti lr

 Carottes bio à la crème

—

Tomme blanche

—

Fruit

MARDI

 Endives bio
et noix

—

 Rôti de bœuf char
et son jus

Frites

—

 Gouda bio

—

Liégeois saveur chocolat

MERCREDI

Feuilleté au fromage fondu

—

 Omelette bio fraîche
Epinards branches en
béchamel

—

Petit fromage frais aromatisé
aux fruits

—

 Fruit bio

—

Gaufrette vanille
Coupelle de purée de pommes
et poire
Lait demi écrémé

JEUDI

Repas végétarien

 Choux bicolores bio
vinaigrette balsamique

—

Fusilli BIO, lentilles corails,
maïs sauce crème au curry

—

Yaourt aromatisé

—

Smoothie pomme, mandarine,
miel

VENDREDI

Soupe dubarry (chou fleur et
pommes de terre)

—

 Meunière colin pmd
d'Alaska frais
et quartier de citron

Purée de potiron et pommes
de terre

—

 Emmental bio

—

 Fruit bio

sOgeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy



Lège Cap Ferret
Menus du 08/12/2025 au 12/12/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

** Repas végétarien **

Salade verte
et oignons frits

 Boulgour bio sauce tajine et
pois chiches bio

 Edam bio

 Tarte au flan dcg

MARDI

Salade de betteraves
et vinaigrette aux herbes

Saucisse chipolatas de porc
*Saucisse végétale de blé aux
fines herbes*
Lentilles

 Yaourt bio aromatisé vanille

Assiette de fruits d'hiver
(orange - kiwi)

MERCREDI

JEUDI

Assiette découverte

Saucisson à l'ail de porc
et cornichon
Oeuf dur

 Dés de saumon pmd sauce
fines herbes

 Brocolis bio

Pommes de terre vapeur
et emmental râpé

 Coulommiers bio

Purée de pommes fraîches,
carottes et cannelle

VENDREDI

Salade de haricot rouge,
tomate et maïs

 Rôti de boeuf char
et son jus
Haricots beurre persillés

 Fromage blanc bio
Miel

 Fruit bio

sOgeres



Décongelé



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable



Viande charolaise

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Lège Cap Ferret
Menus du 15/12/2025 au 19/12/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

Tarte méditerranéenne

 Sauté de bœuf bio sauce
aux olives
Carottes

Petit fromage frais sucré

 Fruit bio

MARDI

 Céleri bio rémoulade

 Omelette bio fraîche
 Epinards branche bio à la
crème

 Cantal aop

Riz au lait

MERCREDI

 Houmous bio

 Filet de colin d'Alaska pmd
pané frais
Petit pois et carottes
et quartier de citron

 Pointe de brie bio

Fruit

Corn flakes
Coupelle de purée de pommes
et poire
Lait demi écrémé

JEUDI

*** Repas de fin d'année ***

Cake aux deux saumons

 Emincé de haut de cuisse
de dinde 1r sauce aux
légumes d'antan
Pom'pin

 Fromage frais Chanteneige
bio

 Bûche pâtissière crème au
beurre au chocolat dcg
Père Noël en chocolat

VENDREDI

** Repas végétarien **

Salade de betteraves

 Macaroni bio sauce égréné
végétal et tomate façon
bolognaise

 Yaourt nature sucré bio

Fruit

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

sOgeres



Appellation
d'Origine Protégée



Certifié Label
Rouge



Décongelé



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable

Lège Cap Ferret

Menus du 22/12/2025 au 26/12/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Vacances ***

Pomelos
dosette de sucre blanc

 Merlu pmd sauce curry

 Riz bio

 Munster aop

 Dessert lacté flan vanille
nappé caramel bio

Fromage blanc sucré
Fruit
Madeleine longue

MARDI

*** Vacances ***
*** Repas
végétarien ***

Taboulé

Nuggets de blé
Brocolis

 Yaourt bio aromatisé vanille

 Fruit bio

Pain
Fromage frais Tartare nature
Coupelle de purée de pommes
et poire

MERCREDI

** Vacances **

Soupe de potiron et pommes
de terre

Raclette* (jambon, saucisson
à l'ail et sec)

Omelette nature

Pomme de terre ronde vapeur

Fromage à raclette

 Fromage blanc bio
Sucre roux

 Eclair parfum chocolat dcg

Pain
Confiture
Briquette de lait CE chocolaté

JEUDI

Joyeux Noël



VENDREDI

*** Vacances ***

Beignets stick de mozzarella

 Poulet rôti Ir

 Haricots verts bio

Coulommiers

 Fruit bio

Sablés coco
Yaourt nature sucré
Jus de pommes

sOgeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy



Appellation
d'Origine Protégée



Certifié Label
Rouge



Décongelé



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable

Lège Cap Ferret
Menus du 29/12/2025 au 02/01/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Vacances ***

 Salade verte bio
et noix

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

Emincé végétal au jus

 Coquillettes bio blé
semi-complet
et emmental râpé

Gouda

 Purée de pommes bio
fraiche et myrtille

Fruit

Petit fromage frais aromatisé
aux fruits
Brownie

MARDI

*** Vacances *** *** Repas
végétarien ***

Soupe saint germain (pois
cassés et pommes de terre)

Pané à l'emmental
Julienne de légumes

 Yaourt nature sucré bio

 Fruit bio

Pain

Fromage frais Carré demi sel
Coupelle de purée de pommes
et fraises

MERCREDI

*** Vacances ***

 Carottes râpées bio
et vinaigrette au miel

 Rôti de boeuf char
sauce tomate
Pommes noisette

 Edam bio

 Choux à la crème vanillée
dcg

Pain

et beurre
Chocolat en poudre
Yaourt aromatisé

JEUDI



VENDREDI

*** Vacances ***

Salade de blé aux petits
légumes

 Meunière colin pmd
d'Alaska frais

 Chou fleur bio
et quartier de citron

Camembert

 Fruit bio

Roulé à l'abricot
Jus d'orange
Lait demi écrémé

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

sOgeres



Décongelé



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable



Viande charolaise