

Lège Cap Ferret
Menus du 05/01/2026 au 09/01/2026

MENU de la semaine

LUNDI

*****Repas végétarien*****

Oeuf dur et mayonnaise

Ravioli bio au tofu sauce tomate et emmental râpé

Fromage blanc bio

Fruit bio

MARDI

AB Salade verte bio et maïs vinaigrette balsamique

Emincé de dinde Ir sauce au curry
Pommes de terre sautées en lamelles

Saint Nectaire aop

Dessert lacté flan vanille nappé caramel bio

MERCREDI

Soupe saint germain (pois cassés et pommes de terre)

OPA Omelette opa
Jardinière de légumes (carotte, p.pois, h.vert, navet)

AB Camembert bio

AB Fruit bio

Pain au lait
Fromage blanc sucré
Jus multifruit

JEUDI

***** C'est la fête : Galette des Rois *****

AB Celéri bio remoulade

AB Parmentier de colin d'Alaska et saumon pmd purée de brocolis bio

AB Salade verte bio

Fromage frais Saint móret

Brioche des Rois

VENDREDI

Salade de betteraves

Saucisse de Toulouse*
Pané de blé, graine, emmental, épinards
Haricots blancs à la tomate

AB Yaourt nature sucré bio

AB Fruit bio

sOgeres



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

Lege Cap Ferret
Menus du 12/01/2026 au 16/01/2026

MENU de la semaine

LUNDI

Repas végétarien

Salade coleslaw bio (carotte bio, chou blanc bio, mayonnaise)

Tajine, semoule bio et pois chiches bio

Saint Paulin

Crème dessert bio chocolat

MARDI

Chou fleur en salade vinaigrette à l'huile d'olive colza citron

Rôti de boeuf char et son jus
Ratatouille à la niçoise
Pommes de terre vapeur

Fromage blanc bio
Sucre roux

Fruit bio

MERCREDI

Salade de riz composée (tomate, maïs, olive, poivron)

Merlu pmd sauce oseille
 Epinards branche bio à la crème

Yaourt bio aromatisé vanille
Banane caramel liquide

Barre bretonne à partager
Petit fromage frais aromatisé aux fruits
Jus d'oranges

JEUDI

Chou rouge bio

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

Boulettes de sarrasin, lentilles et légumes sauce tomate

Coquillettes bio blé semi-complet et emmental râpé

Tomme blanche

Ile flottante et sa crème anglaise

VENDREDI

Soupe de lentilles au cumin

Poulet rôti Ir
Petit pois et carottes

Emmenthal bio

Fruit bio

sOgeres



Certifié Label Rouge



Issu de l'agriculture biologique



Produit de la mer durable



Viande charolaise

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

Lege Cap Ferret
Menus du 19/01/2026 au 23/01/2026

MENU de la semaine

LUNDI

- Emincé d'endives et noix
-
- Sauté de boeuf bio à la hongroise (paprika doux, crème)
-
- Carottes bio à l'ail
-
- Fromage frais cantafrais
-
- Semoule au lait

MARDI

- Saucisson à l'ail de porc et cornichon
- Oeuf dur
-
- Meunière colin pmd d'Alaska frais et quartier de citron
- Julienne de légumes
-
- Coulommiers bio
-
- Assiette de fruits frais

MERCREDI

- Soupe à la tomate
-
- Poulet rôti Ir
- Orge perlé bio sauce tomate
-
- Petit fromage frais sucré
-
- Fruit bio

Céréales riz soufflé
Coupelle de purée de pommes
Lait demi écremé

JEUDI

- *** Les agrumes ***
- Salade de lentilles aux agrumes vinaigrette d'agrumes (citron, agrume)
-
- Rôti de dinde Ir sauce carotte à l'orange crémée
- Haricots plats d'Espagne
-
- Yaourt nature sucré bio
-
- Gâteau au citron

VENDREDI

- *** Repas végétarien ***
- Mâche
- Oignons frits
-
- Parmentier égréné végétal et haricots rouges, purée de potiron
-
- Gouda bio
-
- Fruit bio

sOgeres



Certifié Label
Rouge



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable

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

Lege Cap Ferret
Menus du 26/01/2026 au 30/01/2026

MENU de la semaine

LUNDI

- Choux bicolores bio
- Colombo de dinde Ir
- Ratatouille bio
- Riz bio
- Gouda
- Liégeois saveur vanille sur lit de caramel

MARDI

- Salade de betteraves et vinaigrette à l'échalote
- Saucisse chipolatas de porc
- Saucisse végétale de blé aux fines herbes
- Lentilles bio mijotées
- Petit fromage frais aromatisé aux fruits
- Fruit bio

MERCREDI

- Soupe dubarry (chou fleur et pommes de terre)
- Rôti de boeuf char et son jus
- Frites
- Fromage Carré bio
- Purée de pomme fraîche bio et figue

Gâteau fourré à la fraise
Fruit
Fromage blanc sucré

JEUDI

- ***Repas végétarien***
- Carottes râpées bio
 - Omelette opa
 - Sauce Basquaise
 - Haricots beurre persillés
 - Yaourt nature sucré bio
 - Barre bretonne à partager

VENDREDI

- Salade de haricot rouge, tomate et maïs
- Filet de colin d'Alaska pmd pané frais
- Epinards branche bio à la crème et quartier de citron
- Fromage fondu vache qui rit bio
- Fruit

sOgeres



Oeuf de poule
élevée en plein air



Certifié Label
Rouge



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable



Viande charolaise

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