

Lège Cap Ferret
Menus du 31/08/2026 au 04/09/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

****C'est la fête : repas de la rentrée****

Melon charentais

 Boulettes de boeuf bio
sauce tomate

Frites

 Camembert bio

Dessert lacté flan saveur
vanille nappé caramel

Concombre tzatziki (fromage
blanc, échalote, aneth)

 Sauté de porc 1r bbc
sauce végétale champignons
crémée
*Boulettes de sarrasin, lentilles
et légumes sauce tomate*

 Coquillettes bio blé
semi-complet

Yaourt aromatisé

Fruit de saison

Pain

Fromage fondu Six de Savoie
Coupelle de pomme, pêche,
poire au sirop

*****Repas végétarien*****

 Œuf dur bio
et sauce cocktail

Falafel de pois chiches et
fèves à la menthe

Purée de patates douces et
pommes de terre

 Emmental bio

Fruit de saison

 Taboulé, semoule bio,
concombre bio
et vinaigrette aux herbes

Emincé de saumon sauce
crème

 Brocolis bio

Petit fromage frais aromatisé
aux fruits

Assiette de fruits : figue,
orange

Lège Cap Ferret
Menus du 07/09/2026 au 11/09/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

Quiche lorraine *
Tarte au fromage

 Omelette bio fraîche

 Epinards branche bio à la crème

Mimolette

Fruit de saison

MARDI

Repas végétarien

 Tomate bio
et vinaigrette à l'échalote

 Couscous végétal aux cinq
légumes et raisins secs,
semoule bio

 Cantal aop

Mousse au chocolat au lait

MERCREDI

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

 Merlu pmd sauce bretonne
(crème, champignons,
poireaux)

Pommes de terre en quartiers
vapeur

Petit fromage frais sucré

Fruit de saison

Pain au lait
Coupelle de purée de pommes
et ananas
Lait demi écrémé

JEUDI

*** Amuse-bouche : crème passion ***

Melon charentais

 Rôti de boeuf char
et son jus

Haricots plats

 Riz bio

Pointe de Brie

Crème dessert saveur vanille

VENDREDI

*** Amuse bouche : mangue ***

 Concombres en rondelles
bio

 Emincé de dinde lr
marengo (champignons,
oignons, tomate)

Carottes
et quartier de citron

 Yaourt bio saveur vanille au
lait entier

Brownie mexicain (à base de
haricots rouges)

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli So Happy

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 14/09/2026 au 18/09/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

Tranche de pastèque

 Sauté de boeuf bio sauce
romarin

 Haricots vert bio à l'ail

Fromage frais à la vanille

Barre bretonne

MARDI

****Repas végétarien****

Concombre en rondelles

Tarte provençale

 Salade verte bio

Montcadi croûte noire

Crème dessert saveur
chocolat

MERCREDI

Houmous
Pain suédois

 Rôti de porc bbc
et son jus

 Meunière colin pmd
d'Alaska frais

Duo de courgettes jaune et
verte

Boulgour

 Edam bio

 Fruit de saison bio

Pain

Chocolat noir (tablette)
Petit fromage frais aromatisé
aux fruits

JEUDI

***** Les pas pareilles *****

 Carottes râpées bio
et vinaigrette d'agrumes
(citron, agrume)

Parmentier canard haricot
blanc en purée et pommes de
terre

Yaourt aromatisé

Fruit de saison

VENDREDI

 Tomate bio

 Hoki pmd sauce aux fines
herbes

 Macaroni bio semi complet
et emmental râpé

Fromage frais Saint môret

Abricot au sirop
et amandes effilées

sOgeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli So Happy



Bleu blanc cœur



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable

Lège Cap Ferret
Menus du 21/09/2026 au 25/09/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

 Concombres en rondelles bio
Sauté de dinde lr au thym
Pommes de terre en quartiers vapeur
Saint Nectaire aop
Liégeois saveur chocolat

MARDI

Recette collection

Chips de maïs, oignon confit, crème fromagère Fourme d'Ambert
Filet de colin d'Alaska pmd pané frais
et quartier de citron
 Epinards branche bio à la crème
Fromage blanc aromatisé aux fruits
Fruit de saison

MERCREDI

Accras de morue

 Rôti de boeuf char et son jus

Purée de potiron et pommes de terre

 Camembert bio

 Fruit de saison bio

Marbré au chocolat
Coupelle de purée de pommes et fraises
Lait demi écrémé

JEUDI

Repas végétarien

Melon charentais

 Dahl de lentille corail et riz bio

Coulommiers

 Choux à la crème vanillée dcg

VENDREDI

 Salade verte bio et noix

 Merlu pmd sauce bretonne (crème, champignons, poireaux)

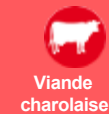
Semoule

 Bleu d'auvergne aop

 Purée de pomme bio et framboise

sOgeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli So Happy



Lège Cap Ferret

Menus du 28/09/2026 au 02/10/2026

MENU

de la semaine

LUNDI

 Tomate bio

 Sauté de boeuf bio sauce paprika persil

Chou fleur

Bûche mélangée (lait vache et chèvre)

 Beignet parfum chocolat noisette dcg

MARDI

Salade de betteraves et vinaigrette aux herbes

 Rôti de dinde lr et son jus

Pommes de terre sautées en lamelles
Pommes noisette

 Gouda bio

Dessert lacté flan saveur vanille nappé caramel

MERCREDI

 Rillettes de thon pmd

Quiche lorraine*
Tarte aux fromages

 Salade verte bio

Coulommiers

 Fruit de saison bio

Pain
Chocolat au lait
Jus d'orange

JEUDI

Taboulé

 Meunière colin pmd d'Alaska frais

 Haricots verts bio

 Comté aop

Fruit de saison

VENDREDI

Repas végétarien

Carottes râpées

 Penne bio sauce fromage à tartiflette et cantal

Petit fromage frais aromatisé aux fruits

Smoothie de pommes et bananes

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli So Happy

sOgeres


Appellation
d'Origine Protégée


Certifié Label
Rouge


Décongelé


Issu de
l'agriculture
biologique


Produit de la mer
durable