Lège Cap Ferret (Elémentaire)
Menus du 30/11/2026 au 04/12/2026

MENU de la semaine

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
*** **Repas végétarien** ***	Carottes râpées bio	Soupe de légumes variés (carotte, pdt, poireau, chou-fleur, céleri h. verts, petits pois)	Coeur palmier et betterave et vinaigrette à l'échalote	Macédoine mayonnaise
Houmous bio	Rôti de boeuf char et son jus	Blanquette de dinde lr	Saucisse chipolatas de porc *Saucisse végétale de blé aux fines herbes*	Meunière colin pmd d'Alaska frais
Omelette bio fraîche	Poêlée méridionale (HV, poivron, salsifis, aubergine)	Riz bio	Pomme de terre en purée	et quartier de citron Julienne de légumes
Haricots verts bio persillés	Tomme blanche	Fromage blanc aromatisé aux fruits	Yaourt nature sucré bio	Emmental bio
Bûche mélangée (lait vache et chèvre)	Eclair parfum chocolat dcg	Fruit de saison bio	Fruit de saison bio	Purée de pommes fraiche bio et bananes fraiches
Fruit de saison		Madeleine Coupelle de purée de pomme kiwi Briquette de lait chocolaté		

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

sOgeres

Certifié Label Rouge · Décongelé · Issu de l'agriculture biologique · Produit de la mer durable · Viande charolaise

Lège Cap Ferret (Elémentaire)
Menus du 07/12/2026 au 11/12/2026

MENU de la semaine

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
** Repas végétarien **	Saucisson à l'ail et cornichon et cornichon	Falafels de pois chiche et fève sauce fromage blanc à la menthe	Pomelos	Soupe de potiron et pommes de terre
Salade verte et oignons frits et vinaigrette d'agrumes (orange)	Oeuf dur mayonnaise	Escalope de porc sauce au thym *Pané de blé, graine, emmental, épinards*	Rôti de dinde lr sauce suprême	Lasagnes de bœuf et volaille
Boulgour bio sauce tajine et pois chiches bio	Hoki pmd sauce bretonne (champignon, crème, poireau)	Poêlée chinoise	Epinards branche bio à la crème	Fromage blanc et sucre blanc
Cantal aop	Confit de carottes batonnet Pommes de terre en lamelles persillées	Coulommiers bio	Saint Nectaire aop	Fruit de saison bio
Dessert lacté flan vanille nappé caramel bio	Yaourt bio aromatisé vanille	Fruit de saison bio	Moelleux chocolat lentilles	
	Assiette de fruits bio	Pain Tablette de chocolat noir Yaourt aromatisé		

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

Lège Cap Ferret (Elémentaire)
Menus du 14/12/2026 au 18/12/2026

MENU de la semaine

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Tarte au fromage	Salade verte bio	Salade de quinoa façon taboulé	***Repas de fin d'année ***	** Repas végétarien **
Sauté de bœuf bio sauce aux olives	Saucisse de Toulouse (porc)	Filet de colin d'Alaska pmd pané frais	Rillettes de canard Pain navette	Salade de betteraves et vinaigrette à la ciboulette
Jardinière de légumes (carotte, petit pois, haricot vert, navet)	*Steak de seitan bio (blé et légumes)*	Brocolis bio	Emincé de chapon vf sauce pain d'épice	Coquillette bio semi complète sauce tartiflette emmental
Petit fromage frais aromatisé aux fruits	Lentilles corail en purée	Fourme d'ambert aop	Pommes rosti étoilées	Yaourt nature sucré bio
Fruit de saison bio	Munster aop	Fruit de saison bio	Babybel	Fruit de saison bio
	Crème dessert saveur caramel	Galettes pur beurre Fromage frais à la vanille Fruit	Sapin aux deux chocolats	

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

sOgeres

Appellation d'Origine Protégée — Issu de l'agriculture biologique — Produit de la mer durable — Viande Française

Lège Cap Ferret (Elémentaire)
Menus du 21/12/2026 au 25/12/2026

MENU de la semaine

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
*** Vacances ***	*** Vacances *** ***Repas végétarien ***	*** Vacances ***	*** vacances ***	
Soupe de courge butternut bio à la vache qui rit	Taboulé de semoule bio aux raisins secs	Carottes râpées bio	Salade verte et croûtons	
Merlu pmd sauce curry	Samoussa de légumes	Poulet rôti lr	Raclette* (jambon, saucisson à l'ail et sec) *Galette de blé sauce tomate basilic*	
Blé bio aux petits légumes	Epinards branche bio à la crème	Haricots beurre persillés	Pomme de terre ronde vapeur	
Pont l'Evêque aop	Mimolette	Coulommiers bio	Fromage à raclette Petit fromage frais aromatisé aux fruits	
Fruit de saison bio	Fruit de saison	Liégeois saveur vanille sur lit de caramel	Chou chocolat noisette dcg	
Pain au lait Fruit Yaourt à la pulpe de fruits	Pain Assortiment de préparation de fruits Fromage blanc sucré	Pain Pâte à tartiner individuelle Jus d'oranges	Madeleine Fruit de saison bio Lait demi écremé	

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

Lège Cap Ferret (Elémentaire)
Menus du 28/12/2026 au 01/01/2027

MENU de la semaine

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
*** Vacances ***	*** Vacances *** ***Repas végétarien ***	*** Vacances ***	*** vacances ***	
Salade de betteraves	Salade iceberg et oignons frits	Crêpe à l'emmental	Soupe de potiron et pommes de terre	
Escalope de dinde lr au jus	Boulettes de sarrasin, lentilles et légumes sauce tomate	Hoki pmd sauce coco citron vert	Sauté de boeuf bio sauce échalote	
Lentilles	Légumes couscous Semoule	Bouquet de légumes bio (chou fleur, brocoli et carotte)	Frites	
Yaourt nature sucré bio	Camembert bio	Tomme blanche	Fromage frais Saint môret	
Fruit de saison bio	Tarte à la noix de coco dcg	Fruit de saison bio	Ile flottante et sa crème anglaise	
Pain Fromage fondu Samos Coupelle de purée de pommes et ananas	Pain Gelée de coing Fruit	Pain et beurre Chocolat en poudre Petit fromage frais sucré	Cookies Fromage frais à la vanille Fruit bio	

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

sOgeres

Certifié Label Rouge · Décongelé · Issu de l'agriculture biologique · Produit de la mer durable