

# Lège Cap Ferret

## Menus du 04/11/2024 au 08/11/2024

# MENU

de la semaine

### LUNDI

#### \*\* Repas végétarien \*\*

Salade verte

Omelette opa  
Frites

Yaourt bio brassé framboise,  
abricot

Fruit bio

### MARDI

Carottes râpées bio

Filet de colin d'Alaska pmd  
pané frais

Brocolis bio en persillade

Fromage blanc sucré

Muffin tout chocolat

### MERCREDI

Soupe de légumes variés (carotte,  
pdt, poireau, chou-fleur, céleri h.  
verts, petits pois)

Sauté de porc bio façon  
cervoise  
Haricots verts

Emmental

Fruit bio

Etoile fourrée abricot  
Fromage frais à la vanille  
Coupelle de purée de pommes et  
poire

### JEUDI

Saucisson à l'ail\*  
et cornichon

Poulet Ir sauce champignon  
crémée

Riz bio et petits légumes

Saint Nectaire aop

Fruit bio

### VENDREDI

Houmous de pois chiches et petits  
pois

Pain suédois

Lasagnes au saumon

Salade verte bio

Camembert bio

Mousse au chocolat au lait

\* : 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



Appellation d'Origine  
Protégée



Certifié Label Rouge



Issu de l'agriculture  
biologique



Produit de la mer  
durable

Lège Cap Ferret  
Menus du 11/11/2024 au 15/11/2024

# MENU

de la semaine

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Salade verte  
et croûtons

Ravioli de boeuf  
et emmental râpé

 Fromage frais Chanteneige bio

 Dessert lacté flan vanille nappé  
caramel bio

\*\*\*Repas végétarien\*\*\*

Chou-fleur façon mimosa

Pané de blé, graine, emmental,  
épinards

 Purée de pommes de terre bio

 Pont l'Evêque aop

 Fruit bio

Pain  
Confiture de lait  
Petit fromage frais aromatisé aux  
fruits

\*\*\*C'est la fête : Vendée Globe\*\*\*

 Rillettes de poisson blanc pmd  
et saumon  
Pain navette

 Sauce façon bolognaise  
effiloché de Canard et macaronis  
bio semi complet

 Yaourt nature sucré bio

Brioche tranchée  
et confit poire miel orange

Soupe de salsifis et pommes de  
terre

 Rôti de boeuf char  
et son jus  
Petits pois

 Brie bio

 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



Issu de l'agriculture  
biologique



Produit de la mer  
durable



Viande charolaise

Lège Cap Ferret  
Menus du 18/11/2024 au 22/11/2024

**MENU**  
de la semaine

**LUNDI**

Salade façon piémontaise (oeuf)  
—  
🚫 Sauté de dinde lr façon  
fermière  
🌿 Carottes bio  
—  
Fromage blanc aromatisé aux  
fruits  
—  
🌿 Fruit bio

**MARDI**

🌿 Endives bio  
et pomme  
—  
Saucisse chipolatas\*  
Saucisse végétale soja et blé  
🌿 Lentilles bio mijotées  
—  
🍷 Munster aop  
—  
Crème dessert saveur caramel

**MERCREDI**

Soupe cultivateur (carotte, pdt,  
poireau, ch fleur, céleri, HV, petits  
pois)  
—  
🌿 Rôti de veau bio  
et son jus  
🌿 Haricots vert bio à l'ail  
—  
Mimolette  
—  
❄️ Beignet parfum chocolat  
noisette dcg  
  
—  
Pain  
Confiture  
Fruit

**JEUDI**

**\*\* Repas végétarien\*\***  
🌿 Salade coleslaw bio (carotte  
bio, chou blanc bio, mayonnaise)  
—  
🌿 Penne bio sauce pesto, fèves  
et cantal râpé  
—  
Fromage au lait pasteurisé Carré  
—  
🌿 Purée de pomme bio et figue

**VENDREDI**

**\*\* A-B : Graines de tournesol  
AGB \*\***  
Betterave et maïs  
—  
🌊 Hoki pmd sauce à l'oseille  
Quinoa  
🌿 Brocolis bio  
—  
Tomme grise  
—  
🌿 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



Décongelé



Issu de l'agriculture  
biologique



Produit de la mer  
durable

Lège Cap Ferret  
Menus du 25/11/2024 au 29/11/2024

**MENU**  
*de la semaine*

**LUNDI**

Céleri rémoulade

 Sauté de bœuf bio sauce aux olives

Boulettes de sarrasin, lentilles et légumes sauce tomate

 Semoule bio

Julienne de légumes

Gouda

Crème dessert saveur vanille

**MARDI**

\*\*\*Repas végétarien\*\*\*

 Œuf dur opa et mayonnaise

Nuggets de blé  
Haricots verts à l'ail

 Yaourt nature sucré bio

 Fruit bio

**MERCREDI**

 Salade de betteraves bio

 Merlu pmd sauce échalote

 Riz bio

 Cantal aop

 Fruit bio

Biscuit nappé chocolat noir  
Coupelle de purée de pommes  
Lait demi écrémé

**JEUDI**

 Carottes râpées bio

 Rôti de dinde Ir et son jus  
Brocolis et chou fleur en persillade

 Fromage blanc bio  
Sucre

Moelleux chocolat lentilles

**VENDREDI**

 Salade verte bio et noix

Tartiflette\*

Petit fromage frais aromatisé aux fruits

Cubes de poire au sirop

\* : 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



Issu de l'agriculture biologique



Produit de la mer durable