

Lège Cap Ferret
Menus du 06/01/2025 au 10/01/2025

MENU
de la semaine

LUNDI

*** Repas végétarien ***

 Œuf dur opa
et mayonnaise

 Ravioli bio au tofu sauce
tomate
Salade iceberg

Petit fromage frais aromatisé aux
fruits

 Fruit bio

MARDI

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

 Emincé de dinde Ir sauce au
curry

Pommes de terre sautées en
lamelles
Julienne de légumes

 Saint Nectaire aop

 Flan au chocolat bio

MERCREDI

Salade de blé aux petits légumes

 Sauté de boeuf bio façon
orientale
Jardinière de légumes (carotte,
p.pois, h.vert, navet)

 Camembert bio

Fruit

Pain

Chocolat au lait (tablette)
Yaourt à la pulpe de fruits

JEUDI

Haricots vert à l'échalotte

 Parmentier colin d'Alaska pmd
purée de carottes

 Salade verte bio

Tomme grise

 Fruit bio

VENDREDI

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

Emincé d'endives
et pomme

Saucisse de Toulouse*
Saucisse végétale soja et blé

 Haricots blanc bio à la tomate

 Yaourt bio brassé aromatisé
fraise

Brioche des Rois

* : 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

Lège Cap Ferret
Menus du 13/01/2025 au 17/01/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

Repas végétarien

 Salade de betteraves bio
et vinaigrette au miel et moutarde
à l'ancienne

Nuggets de blé
Haricots beurre persillés

Fromage blanc aromatisé aux
fruits

 Fruit bio

MARDI

 Carottes râpées bio

 Rôti de boeuf char
et son jus

 Ratatouille bio

 Semoule bio

 Pont l'Evêque aop

 Crème dessert bio chocolat

MERCREDI

Taboulé

 Dés de saumon pmd à l'oseille

 Epinards branche bio à la
crème

 Yaourt bio aromatisé vanille

Banane
caramel liquide

Barre bretonne à partager
Petit fromage frais sucré
Jus d'orange

JEUDI

En route pour le goût

 Salade verte bio
et croûtons
Sauce caesar

 Pâté chinois de bœuf char et
maïs et purée de pommes de terre

 Fromage frais Chanteneige bio

 Tarte aux myrtilles dcg

VENDREDI

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

 Poulet Ir

 Petits pois bio

Tomme blanche

 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


Viande charolaise

Lège Cap Ferret
Menus du 20/01/2025 au 24/01/2025

MENU

de la semaine

LUNDI

Repas végétarien

Macédoine de légumes
mayonnaise

Pâtes coude butternut, carotte,
brebis, ricotta, emmental

 Yaourt bio brassé framboise,
abricot

 Fruit bio

MARDI

Emincé d'endives
et noix

 Boulette de boeuf bio sauce
tomate

Riz
Haricots plats d'Espagne

Tomme grise

 Dessert lacté flan vanille nappé
caramel bio

MERCREDI

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

 Poulet lr
Frites

 Fromage blanc bio
Sucre

 Fruit bio

Pain

Pâte à tartiner individuelle
Yaourt aromatisé

JEUDI

Carottes râpées
et pomme

 Dés de colin d'Alaska pmd
sauce basilic

 Courgettes bio à la provençale

 Coulommiers bio

Semoule au lait

VENDREDI

Salade verte, pamplemousse et
mandarine
et croûtons

Jambon blanc* chaud au jus

Pané à l'emmental

 Lentilles bio mijotées

 Saint Nectaire aop

 Purée de pomme fraîches bio
parfumée à la vanille

* : 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



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable

Lège Cap Ferret
Menus du 27/01/2025 au 31/01/2025

MENU
de la semaine

LUNDI

 Céleri bio rémoulade
—
 Colombo de dinde lr
 Ratatouille bio
 Blé bio
—
Gouda
—
Liégeois saveur chocolat

MARDI

SAUCISSON AIL TRANCHE
et cornichon
Terrine de légumes
—
 Omelette bio
 Purée de courge butternut bio
et pommes de terre
—
Petit fromage frais aromatisé aux
fruits
—
Fruit

MERCREDI

Mâche
et oignons frits
—
 Rôti de boeuf char
et son jus
 Carottes bio à la crème
—
 Fromage au lait pasteurisé
Carré bio
—
Cake nature

=====
Barre 5 céréales au chocolat
Fruit
Lait demi écrémé

JEUDI

*** **Assiette végétale** ***
—
Salade de betteraves
—
Torsade sauce lentilles vertes,
tomate et graine de courge
—
 Yaourt bio aromatisé vanille
—
 Fruit bio

VENDREDI

Salade façon piémontaise (oeuf)
—
 Filet de colin d'Alaska pmd
pané frais
 Epinards branche bio à la
crème
—
 Saint Paulin bio
—
Fruit

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Certifié Label Rouge



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable



Viande charolaise