

Communauté de Communes Terres des Confluences
Menus du 01/01/2024 au 05/01/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Salade de lentilles
et vinaigrette moutarde

Sauté de bœuf sauce paprika
persil
Petit pois et carottes

 Yaourt bio à la myrtille

Fruit

Pain
Fromage fondu Samos
Coupelle de purée de pommes

 Pomelos bio
et sucre

Saucisse de Toulouse*
Purée de pommes de terre

Tomme blanche

Crème dessert au chocolat

Fromage blanc nature
Fruit

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

 Rôti de dinde 1r sauce échalote
Torti sauce tomate

 Emmental bio

Fruit

Roulé à la framboise
Yaourt nature

**** Repas végétarien ****

Radis roses en rondelles
et vinaigrette au miel et moutarde
à l'ancienne

Boulettes de sarrasin, lentilles et
légumes sauce tomate

 Carottes bio fraîches
au persil

Camembert

 Choux à la crème vanillée dcg

Pain
Confiture de prunes
Fruit

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Bon Appétit

sOgeres



Certifié Label Rouge



Décongelé



Issu de l'agriculture
biologique

Communauté de Communes Terres des Confluences
Menus du 08/01/2024 au 12/01/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

-  Soupe Dubarry (chou fleur et pommes de terre) cpne
- 
-  Médaillon de merlu pmd sauce au curry
-  Semoule bio
- 
- Fromage au lait pasteurisé Carré
- 
- Fruit

MARDI

- ** Repas végétarien ****
- Salade iceberg et vinaigrette moutarde
 - 
 -  Chili sin carne cpne
 -  Riz bio
 - 
 -  Cantal aop
 - 
 - Dessert lacté gélifié saveur vanille

MERCREDI

-  Salade de blé aux petits légumes cpne et vinaigrette moutarde
- 
- Sauté de boeuf sauce façon orientale (épices, oignon rouge, tomate)
- Jardinière de légumes (carotte, p.pois, h.vert, navet)
- 
-  Camembert bio
- 
- Fruit
- 
- Fromage blanc nature Far Breton

JEUDI

- Soupe de lentille corail et lait de coco
- 
-  Jambon blanc* lr et ketchup
-  Coquille bio semi-complet
- 
- Fromage frais Saint môret
- 
- Fruit

VENDREDI

- *** C'est la Fête : Galette des Rois *****
- Emincé de chou rouge vinaigrette au cumin et coriandre
 - 
 -  Parmentier colin d'Alaska pmd purée de carottes
 - 
 -  Yaourt bio aromatisé framboise
 - 
 -  Galette des Rois dcg

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Bon Appétit

sOgeres



Communauté de Communes Terres des Confluences
Menus du 15/01/2024 au 19/01/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

** Repas végétarien **

 Salade verte bio
et vinaigrette moutarde

Enchilada (Haricots rouges, maïs)
Tortilla de blé

Saint paulin

Dessert lacté flan saveur vanille
nappé caramel

MARDI

 Chou fleur bio
et vinaigrette au miel et moutarde
à l'ancienne

Cuisse de poulet rôti et son jus
Blé façon pilaw
Haricots beurre persillés

Fromage blanc aromatisé

Fruit

MERCREDI

 Soupe de potiron au fromage
fondu vache qui rit cpne

Emincé de saumon sauce oseille
Purée de brocolis et pommes de
terre

Fromage au lait pasteurisé Carré

 Banane bio
caramel liquide

Doghnut
Faisselle

JEUDI

 Salade verte bio
et oignons frits
et vinaigrette moutarde

Hot dog*
Pain à Hot Dog
 et ketchup cpne
Pommes de terre quartier avec
peau

Fromage frais Petit Cotentin

Smoothie pomme cranberry yaourt

VENDREDI

Emincé d'endives
et vinaigrette moutarde

Sauté de bœuf sauce olive
Semoule

 Brie bio

Fruit

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Bon Appétit

sOgeres



Cuisiné par nos
équipes



Issu de l'agriculture
biologique

Communauté de Communes Terres des Confluences
Menus du 22/01/2024 au 26/01/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

**Fromage blanc sucré différemment **

Radis roses
et beurre

 Dés de poisson pmd sauce
basilic

Riz

 Fromage blanc bio

Miel

Crème de marron
Sucre roux
Cocktail de fruits

MARDI

** Repas végétarien **

Salade de betteraves
et vinaigrette moutarde

Pâtes coude butternut, carotte,
brebis, ricotta, emmental

Tomme blanche

 Fruit bio

MERCREDI

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

Filet de poulet sauce façon
fermière
Boulgour

 Coulommiers bio

Fruit

 Purée de pommes bio cpne
Yaourt nature

JEUDI

Chou blanc
et vinaigrette moutarde

Bœuf braisé au jus
  Purée de courgette et
pommes de terre bio cpne

Fromage frais cantafrais

 Brownie mexicain cpne (à base
de haricots rouges)

VENDREDI

*** Les Pas Pareilles : Purée de pomme et cubes de pomme saveur vanille ***

Carottes râpées
vinaigrette à l'huile d'olive colza
citron

Rôti de porc* cuit au jus

 Lentilles bio mijotées au lait

Emmental

 Purée de pomme et cube
pomme saveur vanille cpne

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

sOgeres

Bon Appétit



Cuisiné par nos
équipes



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable

Communauté de Communes Terres des Confluences
Menus du 29/01/2024 au 02/02/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

Emincé d'endives
et vinaigrette moutarde

 Colombo de dinde lr
Haricots verts et pommes de terre

 Gouda bio

Crème dessert au caramel

MARDI

**** Repas végétarien ****

Brocolis en salade
vinaigrette au cumin

Dahl de lentilles corail et riz

 Yaourt bio à la vanille

Fruit

MERCREDI

Carottes râpées
et vinaigrette moutarde

 Rôti de bœuf vbf au jus

 Purée Crécy bio (carottes et
pommes de terre)

Fromage au lait pasteurisé Carré

Compote de pommes et bananes
allégée en sucre

Crêpe nature sucrée
Confiture d'abricots
Fruit

JEUDI

***** Vive les Crêpes *****

Segments de pomelos

 Filet de colin d'Alaska pmd
pané frais

Bouquet de légumes (chou fleur,
brocoli, carotte)

 Fromage fondu vache qui rit bio

Crêpe nature sucrée
Confiture de fraises

 sauce au chocolat au lait cpne

VENDREDI

Pâté de campagne*
et cornichon

 Omelette bio
Blé sauce tomate

Petit fromage frais sucré

Fruit

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

sOgeres

Bon Appétit



Certifié Label Rouge



Cuisiné par nos
équipes



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable



Viande Bovine
Française

Communauté de Communes Terres des Confluences
Menus du 05/02/2024 au 09/02/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

Salade de haricots blancs au cerfeuil et vinaigrette moutarde

Sauté de bœuf sauce paprika persil

 Carottes bio fraîches au jus de légumes

Yaourt nature sucré

Fruit

MARDI

** Repas végétarien **

 Salade verte bio vinaigrette à l'huile de noix

 Riz, korma végétarien butternut et marrons cpne

Tomme blanche

Dessert lacté gélifié saveur vanille

MERCREDI

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

 Médaillon de merlu pmd sauce bretonne
Semoule

 Edam bio

Fruit

Clafoutis pêche pistache
Fromage blanc sucré

JEUDI

Tartine œuf ciboulette
Pain de mie

Gratin de pommes de terre, épinards et fromage à raclette

Petit fromage blanc aux fruits

Fruit

VENDREDI

** Les Pas Pareilles : Double céleri rémoulade **

Céleri rave et branche rémoulade

Rôti de dinde sauce Marengo

 Pâtes bio

Fromage frais Petit Cotentin

Smoothie ananas passion

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Bon Appétit

sOgeres



Cuisiné par nos équipes



Issu de l'agriculture biologique



Produit de la mer durable

Communauté de Communes Terres des Confluences
Menus du 12/02/2024 au 16/02/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

****Vacances scolaires** Repas végétarien ****

Soupe de potiron et pommes de terre

 Tajine marocain pois chiche bio semoule bio cpne

Fromage fondu Samos

 Purée de pommes (fraîche) bio , banane (fraîche) cpne

Pain
Confiture d'abricots
Fruit

MARDI

**** Vacances scolaires ****

Feuilleté au fromage fondu

Omelette aux fines herbes
 Ratatouille bio

Petit fromage blanc aux fruits

 Purée de pommes bio parfumée à la cannelle cpne

Pain
Fromage au lait pasteurisé Carré
Fruit

MERCREDI

****Vacances scolaires** C'est la fête : La Saint Valentin****

 Carottes râpées bio vinaigrette aux fruits de la passion

Nuggets de poulet
Ketchup pomme
Purée de betteraves et pommes de terre

Coeur de dame

Madeleine

 Cake aux pralines rose cpne
Fruit

JEUDI

**** Vacances scolaires ****

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

 Dés de poisson pmd sauce béchamel aux épices douces

 Riz bio

 Yaourt bio à la vanille

Fruit

Pain
Barre de chocolat
Lait demi écrémé

VENDREDI

**** Vacances scolaires ****

Champignons émincés
Sauce crème ciboulette

Sauté de veau au romarin
Purée Saint Germain (pois cassés et pommes de terre)

 Coulommiers bio

Ile flottante

Yaourt nature sucré
Fruit

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Bon Appétit

sOgeres


Cuisiné par nos équipes


Issu de l'agriculture biologique


Produit de la mer durable

Communauté de Communes Terres des Confluences
Menus du 19/02/2024 au 23/02/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

**** Vacances scolaires ****

Soupe de poireaux et pommes de terre

 Colin d'Alaska pmd sauce coco et citron vert

 Blé bio

Yaourt aromatisé

Fruit

Muffin tout chocolat

Compote de pommes allégée en sucre

MARDI

**** Vacances scolaires ****

 Endives bio et pomme et vinaigrette moutarde

Cuisse de poulet rôti et son jus
Jardinière de légumes (carotte, p.pois, h.vert, navet)

Fromage frais Carré demi sel

Riz au lait

Beignet framboise

Fruit

MERCREDI

**** Vacances scolaires ****

Carottes râpées
Vinaigrette framboise

Sauté de bœuf sauce paprika persil

 Semoule bio

 Saint Nectaire aop

 Purée de pomme fraîche cpne

Fromage blanc sucré

Fruit

JEUDI

**** Vacances scolaires ****
Amuse-Bouche : Chou Romanesco **

 Soupe de carottes et pommes de terre cpne

 Jambon blanc* Ir

 et ketchup cpne
Pommes roosty

Tomme blanche

 Fruit bio

Pain au lait

Jus de pommes

VENDREDI

**** Vacances scolaires ** Repas végétarien ****

Céleri râpé et vinaigrette à la ciboulette

 Chili sin carne cpne

 Riz bio

Petit fromage frais sucré

Smoothie de pommes et bananes

Yaourt nature sucré

Fruit

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Bon Appétit

sOgeres



Appellation d'Origine Protégée



Certifié Label Rouge



Cuisiné par nos équipes



Issu de l'agriculture biologique



Produit de la mer durable