


Communauté de Communes Terres des Confluences  
Menus du 02/09/2024 au 06/09/2024


# MENU


de la semaine

## LUNDI

 Salade de betteraves bio et vinaigrette moutarde

—

 Dés de saumon pmd sauce fines herbes

 Riz bio

—


Yaourt aromatisé

—


Fruit

## MARDI

**\*\* Repas végétarien \*\***

 Tomate bio et vinaigrette au basilic

—

 Omelette bio

Ratatouille à la niçoise et blé

—

Camembert

—


Liégeois chocolat

## MERCREDI


Radis roses et beurre

—

Jambon blanc\*

 Purée de brocolis et pommes de terre bio

—

 Saint Nectaire aop

—

Gâteau aux pommes

—

Fruit

Fromage blanc sucré


## JEUDI

**\*\* C'est la fête : la rentrée \*\***

Tranche de pastèque

—


Nugget's à l'emmental et ketchup

 Coquillettes bio semi-complet


—

Fromage frais Cantadou ail et fines herbes

—


 Purée de pommes bio

## VENDREDI

 Houmous bio

Chips de maïs

—

 Sauté de bœuf bio sauce aux olives

Courgettes

—

Petit fromage frais sucré

—

Fruit

\* : 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

Communauté de Communes Terres des Confluences  
Menus du 09/09/2024 au 13/09/2024


# MENU

de la semaine

## LUNDI

Salade de haricots rouges et tomate comme un chili (tomate, épices chili)

Cordon bleu de volaille

 Carottes bio fraîches au persil


Fromage blanc individuel sucré différemment :


Coulis fraise et menthe  
Sucre roux

Fruit

## MARDI

### \*\* Repas végétarien \*\*


 Salade verte fraîche bio et croûtons et vinaigrette moutarde


 Tajine de pois chiches et boulgour bio

 Yaourt nature sucré bio

Madeleine

## MERCREDI

 Concombres en rondelles bio et vinaigrette moutarde

 Rôti de boeuf lr  
Sauce marengo

 Pâtes bio


Gouda


Fruit

Pain au lait  
Cocktail de fruits

## JEUDI

### \*\* Amuse-bouche : figue \*\*

 Salade coleslaw bio


 Merlu pmd sauce citron


 Riz bio

Tomme blanche

Smoothie abricot pomme banane

## VENDREDI

 Céleri râpé bio et vinaigrette aux herbes

 Emincé de dinde lr sauce au thym

Haricots verts à l'ail

Fromage frais Fraidou

Gâteau de haricots blanc et myrtille

\* : 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


Communauté de Communes Terres des Confluences  
Menus du 16/09/2024 au 20/09/2024

# MENU

de la semaine

## LUNDI

Brocolis en salade  
et vinaigrette moutarde

 Saucisse de Toulouse  
bbc lcl


 Lentilles mijotées


 Bleu d'auvergne aop

Assiette de fruits frais

## MARDI

Taboulé

 Sauté de boeuf bio sauce  
paprika persil

 Carottes bio à l'ail


Petit fromage blanc aux fruits

Fruit

## MERCREDI

Rillettes de thon

 Hoki pmd sauce armoricaine

 Penne bio au blé complet

 Coulommiers bio

Fruit

Pain

Barre de chocolat

Jus de pommes

## JEUDI

Tranche de pastèque


Nuggets de poulet  
Ratatouille à la niçoise et blé

Yaourt aromatisé

Gâteau moelleux au chocolat

## VENDREDI

**\*\* Repas végétarien \*\***

 Œuf dur bio  
et mayonnaise

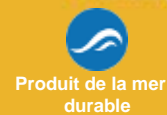
Dauphinois de courgettes et  
pommes de terre au basilic

Fromage frais Tartare nature

Dessert lacté flan saveur vanille  
nappé caramel

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

sOgeres



# Communauté de Communes Terres des Confluences

## Menus du 23/09/2024 au 27/09/2024

# MENU

de la semaine

### LUNDI

Carottes râpées  
vinaigrette au cumin

 Sauté de porc\* ctf au caramel

 Riz bio

Edam

Mousse au chocolat au lait


### MARDI

**\*\* Repas végétarien \*\***

Gaspacho de tomates


Pizza au thon  
Salade verte fraîche  
et vinaigrette moutarde

Yaourt aromatisé

 Fruit bio


### MERCREDI

Céleri rémoulade

 Rôti de boeuf lr  
et son jus


Légumes façon maillot et pommes  
de terre


 Fromage fondu vache qui rit bio

 Purée de pommes bio


Fruit  
Madeleine

### JEUDI

 Salade de courgette et tomate  
bio  
et vinaigrette au curry

 Colin d'Alaska pmd pané au riz  
soufflé  
Epinards hachés à la béchamel


Fromage blanc aromatisé

 Gâteau au fromage blanc,  
farine lcl

### VENDREDI

**\*\* Repas végétarien \*\***

Salade verte fraîche  
et vinaigrette moutarde

 Bifteck haché char  
jus aux oignons  
Pommes noisette

Fromage au lait pasteurisé Carré

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



Produit local



Viande certifiée



Viande charolaise

# Communauté de Communes Terres des Confluences


## Menus du 30/09/2024 au 04/10/2024


# MENU

de la semaine


### LUNDI

Carottes râpées  
et vinaigrette moutarde

 Poulet rôti lcl au jus

 Pennes bio

Fromage frais Rondelé nature

 Purée de pomme fraîche bio  
aux abricots

### MARDI

**\*\* Repas végétarien \*\***

Salade de tomates  
et vinaigrette au basilic


Riz Korma, patate douce,  
edamame


Camembert

Fruit

### MERCREDI

Tranche de pastèque

 Sauté de porc\* ctf sauce  
moutarde à l'ancienne

 Haricots verts bio  
assaisonnement à l'ail

Petit fromage frais sucré

Gâteau haricots blancs aux poires


Fruit


Pain

Barre de chocolat

### JEUDI

Rillettes


 Rôti de boeuf lr  
et son jus


 Purée de pommes de terre bio


Fromage blanc individuel sucré  
différemment :  
sauce au chocolat au lait  
Sucre roux

Fruit

### VENDREDI

 Taboulé aux raisins secs,  
semoule bio

 Poisson blanc pmd et dés de  
saumon pmd sauce citron

 Brocolis bio  
assaisonnement au curry

Gouda

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



Produit local



Viande certifiée

Communauté de Communes Terres des Confluences  
Menus du 07/10/2024 au 11/10/2024

# MENU


de la semaine

## LUNDI

Salade de haricots beurre à l'échalote

Jambon blanc\*

Purée Saint Germain (pois cassés et pommes de terre)


 Fromage fondu vache qui rit bio

Fruit

## MARDI

Saucisson à l'ail\* et cornichon

 Poulet rôti lcl au jus


 Riz bio aux épices douces

 Brie bio

 Fruit bio

## MERCREDI


Soupe de lentille corail et lait de coco

 Colin d'Alaska pmd pané au riz soufflé

Petits pois mijotés


Yaourt aromatisé

Fruit


 Purée de pommes bio  
Biscuit tablette au chocolat au lait

## JEUDI

**\*\* Repas végétarien \*\***

 Carottes râpées bio vinaigrette au cumin


Farfalles champignons et crème et noix


 Fourme d'Ambert aop

Dessert lacté gélifié saveur chocolat

## VENDREDI

Panais rémoulade aux pommes

 Sauté de boeuf vf au jus

 Boulgour bio

Petit fromage frais sucré

Smoothie ananas passion

sOgeres

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



Appellation d'Origine Issu de l'agriculture Protégée



Produit de l'agriculture biologique



Produit de la mer durable



Produit local



Viande Française

# Communauté de Communes Terres des Confluences

## Menus du 14/10/2024 au 18/10/2024

# MENU

de la semaine

### LUNDI

#### \*\* Odyssée du Goût : Les épices\*\*

Concombre en rondelles  
et vinaigrette moutarde

Nuggets de blé  
sauce fromage blanc aux  
épices kebab

 Haricots verts bio


Edam


Cake aux épices

### MARDI

#### \*\* Odyssée du Goût : Les épices\*\*

Emincé d'endives  
vinaigrette d'agrumes à la cannelle

 Sauté de dinde lr au  
curry/pomme

 Semoule bio


Fromage fondu Vache qui rit


Dessert à boire lacté parfum cacao

### MERCREDI

#### \*\* Odyssée du Goût : Les épices\*\*

Tartinable de haricots rouges aux  
épices

 Rôti de boeuf lr  
sauce tomate

 Carottes bio fraîches  
assaisonnement cumin


 Coulommiers bio


Fruit


PAIN GOUTER  
Barre de chocolat  
Jus d'orange

### JEUDI

#### \*\* Odyssée du Goût : Les épices\*\*

 Salade de betteraves bio et  
vinaigrette moutarde

 Colin d'Alaska pmd sauce  
béchamel aux épices douces


 Purée de pommes de terre bio  
à la muscade


Yaourt aromatisé

Fruit


### VENDREDI

#### \*\* Odyssée du Goût : Les épices\*\*

 Salade verte fraîche bio  
et oignons frits  
et vinaigrette aux herbes

 Penne bio semi complètes pois  
chiche epinards tandoori

Fromage blanc sucré

 Purée de pommes bio  
parfumée à la cardamome

\* : 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


Communauté de Communes Terres des Confluences  
Menus du 21/10/2024 au 25/10/2024


# MENU

de la semaine

## LUNDI

**\*\* Vacances scolaires \*\***

 Macédoine mayonnaise bio

 Sauté de boeuf bio sauce paprika persil

Pommes de terre lamelles

Yaourt aromatisé

Fruit

Pain

Fromage au lait pasteurisé Carré

 Purée de pommes bio (frais) et myrtille


## MARDI

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

Choux bicolores

Chili sin carne (haché végétal)

 Riz bio

 Gouda bio

Crème dessert au caramel

Pain


Confiture d'abricots


Fruit

## MERCREDI

**\*\* Vacances scolaires \*\***

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

 Rôti de porc\* ctf sauce végétale à la provençale

 Coquille bio semi-complet

Fromage blanc sucré

Fruit


Pain

Barre de chocolat


Cocktail de fruits

## JEUDI

**\*\* Vacances scolaires \*\***

 Endives bio et vinaigrette moutarde

 Poulet rôti lcl au jus

 Carottes bio fraîches au persil

 Camembert bio

Semoule au lait


Cake au chocolat

Fruit

## VENDREDI

**\*\* Vacances scolaires \*\***

Saucisson à l'ail\* et cornichon

 Colin d'Alaska pmd pané au riz soufflé

Purée de potiron et pommes de terre

 Emmental bio

Assiette de fruits frais

Yaourt nature sucré

Fruit

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

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Issu de l'agriculture biologique



Produit de la mer durable



Produit local



Viande certifiée



Communauté de Communes Terres des Confluences  
Menus du 28/10/2024 au 01/11/2024


# MENU

de la semaine

## LUNDI

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


Soupe de potiron au fromage fondu vache qui rit

 Tajine marocain pois chiche bio semoule bio

Tomme blanche


Fruit


Muffin tout chocolat

 Purée de pommes bio

## MARDI

**\*\* Vacances scolaires \*\***

 Salade de riz bio (Maïs bio, tomate bio, olive noire, poivron)

 Omelette bio  
Epinards hachés à la béchamel

Brie


Fruit

Pain au lait  
Jus de pommes

## MERCREDI

**\*\* Vacances scolaires \*\***

Emincé d'endives et vinaigrette moutarde

 Dés de saumon pmd sauce crème et herbes

 Brocolis bio


Yaourt aromatisé


Gâteau poire chocolat

Fromage blanc sucré  
Fruit

## JEUDI


**\*\* Vacances scolaires \*\***

 Carottes râpées bio et vinaigrette à la ciboulette

 Rôti de boeuf Ir et son jus

 Pâtes bio

Saint Paulin

 Purée de pommes (fraîche) bio  
banane (fraîche)

Fruit  
Beignet framboise

## VENDREDI

sOgeres

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



Certifié Label Rouge



Issu de l'agriculture biologique



Produit de la mer durable