



AU MENU CETTE SEMAINE **du lundi 20 juillet au dimanche 26 juillet 2026**

sOgeres
 seniors

Eté



Lundi 20	Mardi 21	Mercredi 22	Jeudi 23	Vendredi 24	Samedi 25	Dimanche 26
Déjeuner ☀️ Macédoine de légumes à la mayonnaise ... Andouillette Courgettes aux oignons ... Assortiment de fromages et laitage Coupe de pastèque	Déjeuner ☀️ Tomate à la vinaigrette ... Lasagnes au saumon et aux épinards Salade de batavia vinaigrette ... Assortiment de fromages et laitage Pêche à la crème foutée	Déjeuner ☀️ Rillettes et condiments ... Filet de limande sauce au beurre blanc Brocolis ... Assortiment de fromages et laitage Mousse à la menthe et aux copeaux de chocolat	Déjeuner ☀️ Carottes râpées à la ciboulette ... Paëlla au poulet au chorizo ... Assortiment de fromages et laitage Ile flottante	Déjeuner ☀️ Concombre aux oignons rouges ... Parmentier aux maquereau, noisettes et aneth Salade de batavia vinaigrette ... Assortiment de fromages et laitage Fruits frais de saison	Déjeuner ☀️ Melon ... Emincé de dinde aux cinq céréales, fèves, légumes couscous & citron ... Assortiment de fromages et laitage Coupe de crème glacée au rhum et raisins	Déjeuner ☀️ Cervelas à l'échalote ... Rôti de bœuf sauce marchand de vin Tomates fraîches rôties Pommes sautées ... Assortiment de fromages et laitage Flan pâtissier
Dîner 🌙 Potage de légumes ... Salade piémontaise ... Assortiment de fromages et laitage Crème saveur café	Dîner 🌙 Potage de légumes ... Croque monsieur Salade iceberg à la vinaigrette ... Assortiment de fromages et laitage Compote de pommes	Dîner 🌙 Potage de légumes ... Pommes de terre à la crème Salade verte ... Assortiment de fromages et laitage Fruits frais de saison	Dîner 🌙 Potage de légumes ... Omelette nature Haricots verts ... Assortiment de fromages et laitage Polenta au lait nappée de caramel	Dîner 🌙 Potage de légumes ... Penne mezze aux courgettes & champignons, ... Assortiment de fromages et laitage Pot de crème à la vanille	Dîner 🌙 Potage de légumes ... Quiche au thon, tomate et moutarde Salade iceberg à la vinaigrette ... Assortiment de fromages et laitage Pomme rôtie au four	Dîner 🌙 Potage de légumes ... Salade de riz et haricots verts au poulet sauce Caesar ... Assortiment de fromages et laitage Yaourt aux fruits







AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 03 août au dimanche 09 août 2026

sOgeres
seniors

Eté



Lundi 3	Mardi 4	Mercredi 5	Jeudi 6	Vendredi 7	Samedi 8	Dimanche 9
Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️
Haricots verts parfumés au vinaigre balsamique	Coleslaw (Carotte, chou blanc, oignon, mayonnaise)	Salade batavia vinaigrette au bleu et croutons	Tomate à la mozzarella et au basilic	Salade de lentilles vertes à l'échalote	Concombre au yaourt et à l'aneth	Fromage de tête et cornichon
...	...	...	...	...	...	...
Sauté de poulet basquaise	Mouclade (moules au curry, crème et vin blanc)	Saucisse de toulouse aux oignons	Flageolets et carottes à l'effiloché de porc	Waterzoï de poissons (filet de colin d'Alaska, filet de saumon, moule)	Risettis safranés au poulet, pignons, fromage italien & basilic	Gigot d'agneau
	Riz aux petits légumes	Frites				Gratin dauphinois
Courgettes sautées						
...	...	...	...	...	...	...
Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage
Pastèque	Coupe de crème glacée vanille et fraise	Far aux pruneaux	Cake aux pêches	Fruits frais de saison	Crème saveur café	Tarte fine aux pommes et sa boule de glace vanille
Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙
Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
...	...	...	...	...	...	...
Quiche tomate oignon épinard, parfumée aux deux moutardes	Gratin de choux fleurs sauce Aurore	Lasagnes aux légumes, ricotta & mozzarella (courgette, aubergine ...)	Salade piémontaise	Fricassée de dinde aux lardons et champignons	Salade de pâtes choux blanc et lardons	Omelette à la ciboulette
Salade iceberg à la vinaigrette		Salade iceberg à la vinaigrette		Haricots verts		Tomates fraîches rôties aux herbes de Provence
...	...	...	...	...	...	...
Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage
Semoule au lait	Pomme rôtie à la confiture d'abricots	Crème pâtissière saveur vanille	Coupe de pastèque	Riz au lait	Compote de pommes et framboises allégée en sucre	Liégeois vanille





AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 10 août au dimanche 16 août 2026

sOgeres
seniors

Eté



Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14	Samedi 15	Dimanche 16
Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️
Macédoine de légumes à la vinaigrette	Pastèque	Pâté de campagne et condiment	Taboulé aux tomates confites, oignons rouges et herbes fraîches	Toasts au caviar d'aubergine	Terrine de poisson	Tartinade au thon et échalote, toasts grillés
...	...	...	...	...	...	...
Rôti de porc au jus	Brandade de poisson	Emincé de dinde & pois chiche, sauce crème à la moutarde et paprika	Gratin au bœuf, et aubergine à la napolitaine	Filet de colin d'Alaska, vinaigrette au citron jaune	Rôti de bœuf sauce à l'échalote	Cuisse de poulet braisée au jus à la moutarde à l'ancienne
Lentilles vertes mijotées	Salade	Pommes de terre sautées		Carottes à la crème	Pommes noisette et tomate provençale	Navet braisé
...	...	...	...	...	...	...
Assortiment de fromages et laitage Fruits frais de saison	Assortiment de fromages et laitage Crumble à l'abricot	Assortiment de fromages et laitage Fruits frais	Assortiment de fromages et laitage Compote de pommes et pêches allégée en sucre	Assortiment de fromages et laitage Salade de fruits frais à la menthe (abricot, melon, nectarine, pastèque)	Assortiment de fromages et laitage Tarte au citron	Salade de batavia vinaigrette Assortiment de fromages et laitage Coupe de sorbet à la fraise
Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙
Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
...	...	...	...	...	...	...
Pudding aux courgettes, tomates, lardons et emmental	Gratin de légumes, mimolette & oignons frits	Saucisses chipolata rôties	Galette aux courgettes et curry, sauce fromage blanc à la menthe	Salade de pâtes, mimolette, jambonneau et oignons frits	Clafoutis au chèvre, aubergines & courgettes à la sarriette	Sauce aux lardons et fèves
Salade Icerberg à la vinaigrette		Haricots verts	Salade batavia à la vinaigrette		Salade Icerberg à la vinaigrette	Coquillettes
...	...	...	...	...	...	...
Assortiment de fromages et laitage Semoule au lait saveur vanille	Assortiment de fromages et laitage Compote de fruits allégée en sucre	Assortiment de fromages et laitage Crème de yaourt aux myrtilles	Assortiment de fromages et laitage Far aux mirabelles	Assortiment de fromages et laitage Pot de crème à la fleur d'oranger	Assortiment de fromages et laitage Risottis au lait et caramel crémeux au beurre salé	Assortiment de fromages et laitage Flan nappé caramel





AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 17 août au dimanche 23 août 2026

sOgeres
seniors

Eté



Lundi 17	Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21	Samedi 22	Dimanche 23
Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️
Tomate et mozzarella	Terrine de poisson sauce cocktail	Caponata sicilienne	Céleri rave râpé au persil	Flan de légumes à la sauce cocktail (brocoli, carotte, céleri rave)	Duo de melon jaune et pastèque	Pâté breton et cornichon
...	...	...	...	...	...	...
Gratin au colin d'Alaska, aubergine, pomme de terre & citron	Rôti de porc sauce charcutière	Poulet rôti	Couscous au poulet, merguez et boulette au bœuf	Haut de cuisse rôti au jus	Rôti de bœuf au jus	Parmentier de canard
...	Courgettes sautées	Frites et salade	...	Carottes fraîches	Poêlée d'aubergines aux oignons	Salade
...	...	...	...	...	...	...
Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage
Mousse de fromage blanc et compotée de pêche	Profiterole sauce chocolat	Tarte aux abricots	Fruits frais de saison	Gâteau aux pêches	Fruits frais de saison	Coupe de sorbets au cassis et au citron
Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙
Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
...	...	...	...	...	...	...
Jambon roulé à la macédoine de légumes mayonnaise	Tortilla aux pommes de terre	Gratin aux légumes et chèvre (courgette, aubergine, poivron, basilic)	Œuf au plat	Salade Niçoise (haricots verts, riz, thon œuf dur)	Falafel coulis de petit pois à la menthe	Raviolis sauce tomate farcis à la dinde et gratinés
...	...	Salade iceberg à la vinaigrette	Julienne de légumes	...	Spaghettis	Salade iceberg à la vinaigrette
...	...	...	...	...	...	...
Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage	Assortiment de fromages et laitage
Crème pâtissière saveur vanille	Cocktail de fruits au sirop	Fruits frais de saison	Compote de pommes et bananes allégée en sucre	Fromage blanc	Semoule au lait à la fleur d'oranger	Liégeois au chocolat

