



AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 24 août au dimanche 30 août 2026

sOgeres
seniors

Eté

Lundi 24	Mardi 25	Mercredi 26	Jeudi 27	Vendredi 28	Samedi 29	Dimanche 30
Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner
Macédoine de légumes à la mayonnaise	Tomate à la vinaigrette	Rillettes et condiments	Carottes râpées à la ciboulette	Concombre aux oignons rouges	Melon	Cervelas à l'échalote
...	...	...	...	...	...	...
Andouillette	Lasagnes au saumon et aux épinards	Paëlla au poulet au chorizo	Filet de limande sauce au beurre blanc	Parmentier aux maquereau, noisettes et aneth	Emincé de dinde aux cinq céréales, fèves, légumes couscous & citron	Rôti de bœuf sauce marchand de vin
Pommes de terre sautées	Salade de batavia vinaigrette		Brocolis	Salade de batavia vinaigrette		Tomates fraîches rôties
...	...	...	...	...	...	...
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
Coupe de pastèque	Pêche à la crème foutée	Mousse à la menthe et aux copeaux de chocolat	Ile flottante	Fruits frais de saison	Semoule au lait	Flan pâtissier
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
...	...	...	...	...	...	...
Choucs fleurs à la vinaigrette	Croque monsieur	Pommes de terre à la crème	Omelette nature	Penne mezze aux courgettes & champignons,	Quiche au thon, tomate et moutarde	Salade de pâtes au poulet sauce Caesar
Jambon blanc de dinde	Salade iceberg à la vinaigrette	Salade verte	Haricots verts		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 saveur café	Compote de pommes	Fruits frais de saison	Polenta au lait nappée de caramel	Pot de crème à la vanille	Pomme rôtie au four	Yaourt aux fruits





AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 31 août au dimanche 06 septembre 2026

sOgeres
seniors

Eté

Lundi 31	Mardi 1	Mercredi 2	Jeudi 3	Vendredi 4	Samedi 5	Dimanche 6
Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner
Salade de riz au poivron, tomate et oignon	Courgettes râpées à la vinaigrette au citron	Carpaccio de betteraves à la vinaigrette	Pastèque	Tomates à l'échalote et au persil	Pâté de campagne et cornichon	Salade de pâtes penne à l'avocat et au surimi sauce cocktail
...	...	...	...	...	...	...
Emincé de porc au paprika	Macaronis	Chipolatas aux	Aiguillettes de poulet et fromage italien	Risotto crémeux aux moules & crevettes sauce crustacés	Emincé de dinde à l'estragon	Filet mignon de porc, jus au romarin
Purée de légumes verts	A la bolognaise	Choux	Semoule et brunoise de légumes	...	Haricots verts	Ratatouille
...	...	...	...	...	...	...
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
Pot de crème au citron	Compote de pommes et framboises allégée en sucre	Crème renversée à la noix de coco	Roulé à la confiture de fraises	Panna cotta au coulis de mangue	Salade de fruits frais à la menthe (abricot, melon, nectarine, pastèque)	Tropézienne
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
...	...	...	...	...	...	...
Salade de pommes de terre au hareng	Oeuf au plat	Pommes de terre et rillettes	Pudding au jambon et à l'emmental	Rôti de porc froid	Tomate farcie	Blé aux champignons, tomates, ricotta & basilic
...	Epinards à la crème	Salade Iceberg à la vinaigrette	Salade Iceberg à la vinaigrette	Salade de lentilles vertes aux oignons	Riz créole	...
...	...	...	...	...	...	...
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
Fruits frais de saison	Semoule au lait au cacao	Fruits frais de saison	Tapioca au lait saveur vanille	Fruits frais de saison	Pot de crème au chocolat	Petits suisse aux fruits





AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 07 septembre au dimanche 13 septembre 2026

sOgeres
seniors

Eté



Lundi 7	Mardi 8	Mercredi 9	Jeudi 10	Vendredi 11	Samedi 12	Dimanche 13
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
Pâtes	Riz aux petits légumes	Frites				Gratin dauphinois
...	...	...	...	...	...	...
Assortiment de fromages et laitage Fruits frais de saison	Assortiment de fromages et laitage Coupe de crème glacée vanille et fraise	Assortiment de fromages et laitage Far aux pruneaux	Assortiment de fromages et laitage Cake aux pêches	Assortiment de fromages et laitage Fruits frais de saison	Assortiment de fromages et laitage Crème saveur café	Assortiment de fromages et laitage 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	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 Semoule au lait	Assortiment de fromages et laitage Pomme rôtie à la confiture d'abricots	Assortiment de fromages et laitage Crème pâtissière saveur vanille	Assortiment de fromages et laitage Coupe de pastèque	Assortiment de fromages et laitage Riz au lait	Assortiment de fromages et laitage Compote de pommes et framboises allégée en sucre	Assortiment de fromages et laitage Liégeois vanille





AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 14 septembre au dimanche 20 septembre 2026

sOgeres
seniors

Eté

Lundi 14	Mardi 15	Mercredi 16	Jeudi 17	Vendredi 18	Samedi 19	Dimanche 20
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 Fruits frais	Assortiment de fromages et laitage Tarte 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
...	...	...	...	...	...	...
Pudding, 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	Quiche au chèvre	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 21 septembre au dimanche 27 septembre 2026

sOgeres
seniors

Eté



Lundi 21	Mardi 22	Mercredi 23	Jeudi 24	Vendredi 25	Samedi 26	Dimanche 27
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
...	Petits pois	Frites et salade	...	Carottes fraîches	Haricots beurre	Salade
...	...	...	...	...	...	...
Assortiment de fromages et laitage Mousse de fromage blanc et compotée de pêche	Assortiment de fromages et laitage Profiterole sauce chocolat	Assortiment de fromages et laitage Tarte aux abricots	Assortiment de fromages et laitage Fruits frais de saison	Assortiment de fromages et laitage Gâteau aux pêches	Assortiment de fromages et laitage Fruits frais de saison	Assortiment de fromages et laitage Eclair au café
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 de choux fleurs	Oeuf 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 Crème pâtissière saveur vanille	Assortiment de fromages et laitage Cocktail de fruits au sirop	Assortiment de fromages et laitage Fruits frais de saison	Assortiment de fromages et laitage Compote de pommes et bananes allégée en sucre	Assortiment de fromages et laitage Fromage blanc	Assortiment de fromages et laitage Semoule au lait à la fleur d'oranger	Assortiment de fromages et laitage Liégeois au chocolat

