



AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 16 mars au dimanche 22 mars 2026

sOgeres
seniors

Printemps

Lundi 16	Mardi 17	Mercredi 18	Jeudi 19	Vendredi 20	Samedi 21	Dimanche 22
Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️
Duo de haricots au cerfeuil	Allumette à l'emmental	Rillettes de sardines et colin	Emincé de fenouil aux pommes vertes	Concombre aux oignons rouges	Chou blanc aux pommes	Pâté de campagne et cornichon
...	...	...	...	...	...	...
Chipolatas aux herbes	Filet de colin d'Alaska sauce citron	Gratin de pommes de terre aux chèvre et lardons	Paëlla	Blanquette de fruits de mer	Emincé de dinde aux cinq céréales, fèves, légumes couscous & citron	Rôti de bœuf sauce marchand de vin
Lentilles vertes mijotées	Printanière de légumes	Salade verte		Pommes de terre		Carottes fraîches
...	...	...	...	...	...	...
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	Ile flottante	Crème pâtissière saveur vanille	Coupe d'ananas frais	Fruits frais	Glace vanille	Flan pâtissier aux griottes
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
...	...	...	...	...	...	...
Feuilleté aux pommes de terre et bleu d'Auvergne	Quiche aux asperges vertes	Parmentier aux pois cassés et à l'effiloche de porc	Omelette nature	Gratin de macaronis aux champignons sauce crémée à l'emmental	Cake au sarrasin, poireau, emmental et noix	Poelée de farfalles à la dinde
Salade iceberg à la vinaigrette	Salade iceberg à la vinaigrette		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	Coupe d'orange à la cannelle	Tapioca au lait vanillé	Pot de crème au thé	Compote de fruits allégée en sucre	Yaourt aromatisé





AU MENU CETTE SEMAINE **du lundi 23 mars au dimanche 29 mars 2026**

sOgeres
 seniors

Printemps

Lundi 23	Mardi 24	Mercredi 25	Jeudi 26	Vendredi 27	Samedi 28	Dimanche 29
Déjeuner ☀️ Salade de lentilles vertes à l'échalote ... Emincé de porc au paprika Haricots plats sautées ... Assortiment de fromages et laitage Pot de crème au citron	Déjeuner ☀️ Radis râpés aux fromages blancs ... Boulettes au bœuf à la sauce tomate Macaronis ... Assortiment de fromages et laitage Compote de pommes et fraises allégée en sucre	Déjeuner ☀️ Betteraves à la vinaigrette ... Andouillette grillée Frites et salade ... Assortiment de fromages et laitage Crème catalane	Déjeuner ☀️ <i>Repas à thème</i> <i>Chez les O'Malley" Pub Irlandais</i> Galettes de pomme de terre et fromage frais aux deux saumons ... Potée de bœuf à la bière inspirée de l'Irish beef stew Irlandais et parmentier de légumes au cheddar ... Assortiment de fromages et laitage Crème aux œufs saveur café chantilly et copeaux de chocolat noir.	Déjeuner ☀️ Cervelas aux oignons rouges ... Lasagnes au filet de saumon et aux épinards, salade batavia ... Assortiment de fromages et laitage Mousse végétale au coulis de fraise et amande	Déjeuner ☀️ Carottes râpées à l'échalote ... Emincé de volaille à l'estragon Haricots beurre ... Assortiment de fromages et laitage Assiette de fruits frais (Ananas, pomme, orange)	Déjeuner ☀️ Terrine de poisson ... Filet mignon de porc et jus à l'ail Purée aux pois cassés ... Assortiment de fromages et laitage Coupe de glace vanille
Dîner 🌙 Potage de légumes ... Salade de pommes de terre au hareng ... Assortiment de fromages et laitage Fruits frais	Dîner 🌙 Potage de légumes ... Omelette nature / Œuf au plat Epinards à la béchamel ... Assortiment de fromages et laitage Fromage blanc saveur vanille	Dîner 🌙 Potage de légumes ... Croque au fromage de chèvre et ciboulette Courgettes fraîches à l'ail ... Assortiment de fromages et laitage Fruits frais	Dîner 🌙 Potage de légumes ... Quiche lorraine Salade Iceberg à la vinaigrette ... Assortiment de fromages et laitage Compote de pommes et pêches allégée en sucre	Dîner 🌙 Potage de légumes ... Jambon blanc Macedoine de légumes à la vinaigrette ... Assortiment de fromages et laitage Fruits frais	Dîner 🌙 Potage de légumes ... Gratin de pomme de terre farcie au bœuf ... Assortiment de fromages et laitage Semoule au lait	Dîner 🌙 Potage de légumes ... Pâtes sauce à la tomate et Emmental ... Assortiment de fromages et laitage Petits Suisses





AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 30 mars au dimanche 05 avril 2026

sOgeres
seniors

Printemps

Lundi 30 Déjeuner ☀️	Mardi 31 Déjeuner ☀️	Mercredi 1 Déjeuner ☀️	Jeudi 2 Déjeuner ☀️	Vendredi 3 Déjeuner ☀️	Samedi 4 Déjeuner ☀️	Dimanche 5 Déjeuner ☀️
Betteraves à la vinaigrette	Coleslaw (Carotte, chou blanc, oignon, mayonnaise)	Salade batavia vinaigrette au bleu et croutons	Radis râpés aux fromage blanc	Salade de pamplemousse	Céleri rave à la vinaigrette	Pâté forestier et cornichon
...	...	...	...	...	...	...
Escalope de dinde panée au citron	Curry de colin d'Alaska à l'Indienne	Rôti de porc au thym	Flageolets et carottes à l'effiloché de porc	Waterzoï de poissons (filet de colin d'Alaska, filet de saumon, moule)	Haut de cuisse de poulet à l'angevine (champignon, crème)	Gigot d'agneau
Brocolis	Semoule aux petits legumes	Frites	...	...	Jardinière de légumes	Pommes de terre boulangère au bouillon de volaille
...	...	...	...	...	...	...
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
Quartiers de pomme jaune cuits et bâtonnets de pomme verte	Crème glacée vanille et fraise	Gateau Nantais à la confiture d'abricots	Quatre-quarts aux pépites de chocolat	Assiette de fruits frais (Ananas, pomme, orange)	Panna cotta au coulis de mangue	Tarte fine feuilletée à la poire et noisette
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
...	...	...	...	...	...	...
Feuilleté au fromage de chèvre et oignons caramélisés	Risettis, crème au fromage italien & asperge à la tomate	Pissaladière feuilletée	Tortilla au fromage de brebis et piment d'espelette	Fricassée de foies de poulet aux lardons et champignons	Croque-monsieur	Omelette nature
Salade iceberg à la vinaigrette	...	Salade iceberg à la vinaigrette	...	Pommes de terre rôties	Salade iceberg à la vinaigrette	Haricots verts
...	...	...	...	...	...	...
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
Gâteau de riz au caramel	Compote de fruits allégée en sucre	Crème pâtissière saveur vanille	Carpaccio d'ananas à la menthe	Natillas (crème à la cannelle)	Compote de pommes et framboises allégée en sucre	Fromage blanc





AU MENU CETTE SEMAINE **du lundi 06 avril au dimanche 12 avril 2026**

sOgeres
 seniors

Printemps

Lundi 6	Mardi 7	Mercredi 8	Jeudi 9	Vendredi 10	Samedi 11	Dimanche 12
Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner
Terrine de saumon	Œuf à la mayonnaise	Flan de légumes à la sauce cocktail (brocoli, carotte, céleri rave)	Carottes râpées au persil	Allumette à l'emmental	Tomate à la ciboulette	Rillettes et cornichon
...	...	...	...	...	...	...
Rôti de dinde à l'estragon sauce charcutière	Cassiolette de moules à la marinière	Emincé de dinde au romarin	Lasagnes bolognaise au boeuf	Filet de colin d'alaska sauce citron	Sauté de porc sauce vallée d'Auge	Parmentier de canard
Carottes persillées	Riz aux petits légumes	Polenta		Courgettes au persil	Blettes à la bechamel	Salade batavia 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
Pêche melba	Flognarde aux poires	Pot de crème aux épices	Compote de pommes et fraises allégée en sucre	Coupe d'ananas au coulis de mangue	Gateau au citron	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 pommes de terre, mimolette & oignons frits	Saucisses chipolata rôties	Galette aux courgettes et curry, sauce fromage blanc à la menthe	Jambonneau nature	Tarte fine feuilletée aux poireaux et saint nectaire	Sauce aux lardons et fèves
Salade icerberg à la vinaigrette		Petit pois aux oignons	Salade iceberg à la vinaigrette	Pommes de terre vinaigrette	Salade icerberg à la vinaigrette	Coquillettes
...	...	...	...	...	...	...
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 saveur vanille	Compote de fruits allégée en sucre	Fruits frais	Cake à la banane et aux amandes (Banana bread)	Pot de crème a la fleur d'oranger	Compote de pommes	Liégeois à la vanille





AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 13 avril au dimanche 19 avril 2026

sOgeres
seniors

Printemps

Lundi 13	Mardi 14	Mercredi 15	Jeudi 16	Vendredi 17	Samedi 18	Dimanche 19
Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️
Salade iceberg aux dés de tomate et olives noires	Salade de lentilles à l'échalote	Betteraves aux pommes	Radis râpés aux fromages blancs	Macédoine de légumes vinaigrette à la moutarde à l'ancienne	Concombre aux oignons rouges	Saucisson à l'ail et cornichon
...	...	...	...	...	...	...
Beignet de poisson sauce tartare	Côte de porc sauce charcutière	Joue de bœuf à la Tourangelle	Couscous au poulet, merguez et boulette au bœuf	Gratin au maquereau, pois cassés, noisettes et aneth	Sauté de poulet à la sauge, mascarpone & citron confit	Blanquette de veau
Julienne de légumes sautés	Pennes	Pommes de terre vapeur			Bouquets de brocoli	Pomme de terre persillées
...	...	...	...	...	...	...
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 parfumée au thym citron et pomme caramélisée	Salade d'orange à la cannelle	Tarte feuilletée renversée à l'ananas	Flan pâtissier à la noix de coco	Cobbler pomme, fraise et rhubarbe	Assiette de fruits frais (Ananas, pomme, orange)	Coupe de crème glacée au rhum et raisin
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 à la macédoine mayonnaise	Œuf au plat	Pizza 4 fromages	Raviolis gratinés	Haut de cuisse rôti au jus	Penne mezze aux courgettes & champignons, brisures de tuile d'emmental	Pudding au jambon et à l'emmental
...	...	...	...	...	...	...
Assortiment de fromages et laitage	Haricots verts	Salade iceberg à la vinaigrette	Assortiment de fromages et laitage	Carottes fraîches	Assortiment de fromages et laitage	Salade iceberg à la vinaigrette
Fruits frais	Riz au lait saveur vanille	Fruits frais	Compote de pommes	Fruits frais	Semoule au lait saveur fleur d'oranger	Liégeois au café

