



AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 29 septembre au dimanche 05 octobre 2025



Lundi 29	Mardi 30	Mercredi 1	Jeudi 2	Vendredi 3	Samedi 4	Dimanche 5
Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️
Salade de haricots verts à l'échalote	Carottes râpées à la ciboulette	Cervelas à l'échalote	Chou rouge persillé	Taboulé oignons rouges et herbes fraîches	Salade d'endives bleu et noix	Assiette de charcuterie
...
Sauté de porc caramélisé	Emincé de dinde à l'estragon	Bouchée aux fruits de mer	Haut de cuisse de poulet roti au jus	Filet de colin d'alaska au beurre de nage	Choucroute garnie	Rôti de boeuf au jus
Puree de pomme de terre	Choux de bruxelles	Riz aux petits legumes	Carottes fraiches	Epinards à la béchamel		Pommes noisettes
...
Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage
Coupe d'ananas frais	Pudding aux raisins et rhum	Fruits frais	Pomme rôtie au four	fruits frais	Ile flottante	Tarte tatin
Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙
Potage de légumes frais	Potage de légumes frais	Bouillon aux petits légumes et vermicelles	Potage aux haricots lingots	Potage de légumes frais	Bouillon aux petits légumes et vermicelles	Potage de légumes frais
...
Galette de céréales à l'emmental, sauce tomate	Sauce tomate au boeuf et lentilles	Rôti de porc jus à l'ail	Quiche au camembert, oignons et pommes de terre	Omelette	Cordon bleu	Gratin de farfalles à la dinde
...	Penne rigate	Haricots plats	Salade iceberg à la vinaigrette	Coquillettes	Puree de haricots verts	
...
Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage
Mousse à la menthe et aux copeaux de chocolat	Compote de pommes	Tapioca au lait saveur vanille	Fromage blanc à l'orange et caramel	Pot de crème au thé	Compote de pommes	Yaourt aux fruits





AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 06 octobre au dimanche 12 octobre 2025

sOgeres
seniors

Automne

Lundi 6	Mardi 7	Mercredi 8	Jeudi 9	Vendredi 10	Samedi 11	Dimanche 12
Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️ Repas régional	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️
Salade de lentilles vertes à l'échalote	Salade batavia des de fromage et croûtons	Rillettes et condiments	Chou blanc aux pommes	Betteraves à la ciboulette	Céleri rave sauce rémoulade	Tartinade au thon et échalote, toast grille
...
Emincé de porc au paprika	Parmentier aux carottes et bœuf	Jambon braisée sauce au port salu	Rôti de dinde sauce au porto et à l'estragon	Filet de colin d'alaska meunière	Rognons de bœuf sauce moutarde	Potée auvergnate
...
Julienne de légumes sautée		Polenta crémeuse	Haricots verts à l'ail	Riz aux petits légumes	Butternut frais à la béchamel	
...
Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage
Pot de crème aux marrons parfumée à la fleur d'oranger	Compote de pommes et bananes	Natillas (crème à la cannelle)	Gâteau au yaourt à la poire	Mousse de lait au cacao	Fruits frais	Tarte au citron meringué
Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙
Bouillon aux petits légumes et vermicelles	Crème aux pois cassés	Potage de légumes frais	Potage de légumes frais	Bouillon aux petits légumes et vermicelles	Crème de pommes de terre aux champignons	Potage de légumes frais
...
Beignet de poisson sauce tartare	Oeufs durs sauce béchamel	Cake au sarrasin, poireau, emmental et noix	Pomme de terre farcie aux champignons et mozzarella	Tortilla aux pommes de terre	Cordon bleu de dinde	Quiche aux oignons
...
Gratin de chou-fleur à la béchamel	Fondue de poireaux	Salade iceberg à la vinaigrette			Haricots plats sautés	Salade iceberg à la vinaigrette
...
Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage
Fruits frais	Fromage blanc saveur vanille	Banane	Compote de poires	Coupe d'orange à la cannelle	Polenta au lait au caramel	Petits suisses





AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 13 octobre au dimanche 19 octobre 2025

Lundi 13	Mardi 14	Mercredi 15	Jeudi 16	Vendredi 17	Samedi 18	Dimanche 19
<p>Déjeuner ☀️</p> <p>Cake aux olives</p> <p>...</p> <p>Saute de dinde aux champignons et petits oignons</p> <p>Boulgour créole</p> <p>...</p> <p>Assortiment laitage</p> <p>Coupe d'orange à la cannelle</p>	<p>Déjeuner ☀️</p> <p>Coleslaw aux pommes (carotte, chou blanc)</p> <p>...</p> <p>Oeuf lr au plat</p> <p>Salade iceberg à la vinaigrette</p> <p>Pommes de terre sautées</p> <p>...</p> <p>Assortiment laitage</p> <p>Pot de crème au caramel</p>	<p>Déjeuner ☀️</p> <p>Salade de pois chiches aux oignons rouges, menthe et citron</p> <p>...</p> <p>Haut de cuisse de poulet rôti</p> <p>Purée de carottes</p> <p>...</p> <p>Assortiment laitage</p> <p>Coupe d'ananas frais</p>	<p>Déjeuner ☀️</p> <p>Betteraves à la vinaigrette</p> <p>...</p> <p>Boudin noir aux oignons</p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p>Pommes fruits sautées</p> <p>...</p> <p>Assortiment laitage</p> <p>Flognarde aux poires parfumée à la fleur d'oranger</p>	<p>Déjeuner ☀️</p> <p>Pâté de campagne et cornichon</p> <p>...</p> <p>Filet de colin d'alaska coulis de carotte corsé au gingembre</p> <p>Semoule à la brunoise de légumes</p> <p>...</p> <p>Assortiment laitage</p> <p>Salade de fruits frais (banane, poire, pomme, raisin)</p>	<p>Déjeuner ☀️</p> <p>Salade d'endives aux pommes et noix</p> <p>...</p> <p>Escalope de dinde aux baies roses</p> <p>Petit pois</p> <p>...</p> <p>Assortiment laitage</p> <p>Crème catalane</p>	<p>Déjeuner ☀️</p> <p>Batavia parfumée au citron jaune & tapenade sur toast</p> <p>...</p> <p>Gigot d'agneau au jus</p> <p>Flageolets mijotés</p> <p>...</p> <p>Assortiment laitage</p> <p>Forêt noire</p>
<p>Dîner 🌙</p> <p>Potage de légumes frais</p> <p>...</p> <p>Feuilleté au jambon, emmental, fromage frais, ail et fines herbes</p> <p>Salade iceberg à la vinaigrette</p> <p>...</p> <p>Assortiment laitage</p> <p>Semoule au lait saveur vanille</p>	<p>Dîner 🌙</p> <p>Potage de légumes frais</p> <p>...</p> <p>Gratin de coquillettes au saumon, béchamel au citron & persil</p> <p>...</p> <p>Assortiment laitage</p> <p>Compote de pommes et bananes allégée en sucre</p>	<p>Dîner 🌙</p> <p>Soupe à l'oignon</p> <p>...</p> <p>Clafoutis de patate douce, poireaux et comte aop</p> <p>Salade iceberg à la vinaigrette</p> <p>...</p> <p>Assortiment laitage</p> <p>Crème pâtissière saveur vanille</p>	<p>Dîner 🌙</p> <p>Potage de légumes frais</p> <p>...</p> <p>Quenelles au gratin</p> <p>Fondue d'épinards</p> <p>...</p> <p>Assortiment laitage</p> <p>Assiette de fruits frais (pomme, ananas, raisin)</p>	<p>Dîner 🌙</p> <p>Potage de légumes frais</p> <p>...</p> <p>Sauce carbonara</p> <p>Pâtes torsadées</p> <p>...</p> <p>Assortiment laitage</p> <p>Natillas (crème à la cannelle)</p>	<p>Dîner 🌙</p> <p>Potage parisien (pomme de terre, poireau, cerfeuil)</p> <p>...</p> <p>Pate aux pommes de terre</p> <p>...</p> <p>Assortiment laitage</p> <p>Compote de pommes</p>	<p>Dîner 🌙</p> <p>Soupe à l'oignon</p> <p>...</p> <p>Omelette nature</p> <p>Pommes de terre boulangère au bouillon de volaille</p> <p>...</p> <p>Assortiment laitage</p> <p>Mousse de lait au café</p>





AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 20 octobre au dimanche 26 octobre 2025

sOgeres
seniors

Automne

Lundi 20	Mardi 21	Mercredi 22	Jeudi 23	Vendredi 24	Samedi 25	Dimanche 26
Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️ <u>Repas régional</u>	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️
Choux fleurs vinaigrette	Duo de chou blanc et rouge à la vinaigrette	Cervelas à l'échalote	Betteraves à l'échalote	Gougère à l'emmental	Carottes râpées au persil	Rillettes de porc
...
Rôti de porc vf jus à l'ail	Filet de poisson meuniere et quartier de citron	Filet de limande sauce beurre blanc	Parmentier aux pois cassés, lentilles verte et bœuf	Filet de colin d'alaska sauce citron	Haut de cuisse de poulet roti au jus	Estouffade de boeuf façon carbonade
Haricots verts	Pommes de terre à la vapeur	Riz pilaf		Poêlée de légumes au bouillon de volaille (carotte haricot Riz thaï parfumé)	Bouquets de brocoli	Gratin dauphinois
...
Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage
Assiette de fruits frais (pomme, ananas, raisin)	Flognarde aux pommes, raisins secs et rhum	Gateau nantais	Pomme rôtie au four	Salade de fruits frais (banane, poire, pomme, raisin)	Mousse à la crème de marron et spéculoos	Eclair parfum café
Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙
Bouillon aux petits légumes et vermicelles	Potage de légumes frais	Bouillon aux petits légumes et vermicelles	Potage de légumes frais	Potage aux haricots lingots	Potage de légumes frais	Potage de légumes frais
...
Cake au gouda dinde et ciboulette	Endives au jambon gratinées	Clafoutis au potiron et emmental	Omelette aux champignons et persil	Rôti de porc	Gratin de macaronis aux champignons sauce crémée à l'emmental	Croque au fromage au chèvre et ciboulette
Salade batavia à la vinaigrette			Pommes de terre à la vapeur	Haricots plats aux herbes		Salade iceberg à la vinaigrette
...
Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage
Fromage blanc à la cassonade	Compote de fruits	Fruits frais	Semoule au lait	Pot de crème aux épices	Compote de fruits	Yaourt aux fruits





AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 27 octobre au dimanche 02 novembre 2025

sOgeres
seniors

Automne

Lundi 27	Mardi 28	Mercredi 29	Jeudi 30	Vendredi 31	Samadi 1	Dimanche 2
Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️ Repas régional	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️	Déjeuner ☀️
Salade de lentilles vertes à l'échalote	Coleslaw (carotte, chou blanc, oignon, mayonnaise)	Betteraves à la ciboulette	Céleri rave râpé à la ciboulette	Salade de pates farfallas aux champignons	Poireaux vinaigrette	Pâté breton et cornichon
...
Cassolette de moules à la marinière	Couscous au poulet, merguez et boulette au boeuf	Toast aux sardines et haricots blanc	Fricassée de porc aux pruneaux	Filet de colin d'alaska, poireaux rotis, bacon, creme d'ail et epinard	Aiguillettes de poulet sauce creme munster et moutarde	Roti de veau au jus
Riz creole			Haricots beurre		Gratin de blettes à la béchamel	Tagliatelles
...
Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage
Pot de crème au chocolat	Compote de poires	Flan vendeen a la cannelle	Riz au lait	Pot de crème aux épices	Duo de pomme et banane	Chou garni de crème pâtissière à la clémentine
Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙	Dîner 🌙
Potage de légumes frais	Crème de pommes de terre aux champignons	Bouillon aux petits légumes et vermicelles	Potage de légumes frais	Bouillon aux petits légumes et vermicelles	Potage de légumes frais	Potage de légumes frais
...
Parmentier au boudin noir	Omelette viroflay	Croque-monsieur	Gnocchis a la parisienne, butternut et bechamel a l'emmental	Cordon bleu de dinde	Tortilla aux lentilles, potiron, paprika et mozzarella	Quiche aux légumes
	Haricots verts	Salade iceberg à la vinaigrette		Puree de patate douce		Salade iceberg à la vinaigrette
...
Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage	Assortiment laitage
Coupe d'ananas	Crème pâtissière saveur vanille	Fruits frais	Flan a la vanille	Coupe d'oranges fraîches	Semoule au lait saveur fleur d'oranger	Compote de pommes

