

Menus

CHALON-SUR-SAÔNE

NOVEMBRE
DÉCEMBRE
2015

Décembre



Bonnes fêtes à tous !

Sogeres
RESTAURATEUR

Les légumes et fruits d'automne sont à l'honneur ! En novembre, les enfants découvriront le poti'oranger, une recette « pas pareille » composée de potiron. Ce légume, peu courant dans les menus, délivrera aux enfants tous ses bienfaits. Pour finir l'année en beauté, les enfants goûteront au smoothie pomme-banane, une recette qu'ils pourront facilement réaliser et servir à leurs invités lors des fêtes de fin d'année.

Bonnes fêtes à tous !

Du 2 au 6 novembre 2015

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 2	Carottes râpées ● vinaigrette à l'huile d'olive et citron	Pavé de merlu sauce végétale au cerfeuil	Semoule ●	Kiri	Compote allégée pomme-fraise
Mar. 3	Salade de pommes de terre à l'échalote et ciboulette	Sauté de dinde ● sauce chasseur	Gratin de chou-fleur ●	Tomme grise	Fruit
Mer. 4	Salade d'endives	Quenelles nature sauce Nantua	Riz ●	Saint-Paulin	Crème dessert à la vanille
Jeu. 5	Potage cultivateur	Jambon blanc supérieur	Gnocchettis	Fromage blanc et sucre	Fruit
Ven. 6	Salade de lentilles ● CÉRÈS	Rôti de bœuf ● sauce diabolin	Haricots verts ● en persillade	Emmental	Flan au chocolat

Du 9 au 13 novembre 2015

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 9	Pizza au fromage	Potimenter au bœuf charolais		Yaourt nature et sucre	Fruit ●
Mar. 10	Céleri ● rémoulade	Filet de hoki sauce végétale pomme curry crémée	Pennes ●	Brie	Mousse au chocolat au lait
Jeu. 12	Salade verte vinaigrette Xérès	Sauté de bœuf ● sauce façon cervoise	Frites au four	Cantadou	Fruit
Ven. 13	Carottes râpées ● au pamplemousse rose	Œufs durs sauce Mornay	Épinards béchamel	Saint-Nectaire AOP	BERNARD Gâteau de riz

Du 16 au 20 novembre 2015

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 16	Taboulé	Bœuf ● bourguignon	Petits pois à l'étuvée	Fournols	Fruit
Mar. 17	Salade d'endives vinaigrette aux herbes	Filet de poisson pané frais et citron	Purée de pommes de terre	Camembert	Flan vanille nappé au caramel
Mer. 18	Crêpe au fromage	Filet de hoki sauce potiron crémée	Gratin de chou-fleur ●	Tartare	Compote allégée pomme-framboise
Jeu. 19	Potage de pois cassés	Raviolis frais à la ricotta et épinards à l'italienne ●		Petit Moulé	Fruit
RECETTE À PARTAGER					
Ven. 20	Salade de chou blanc ●	Échine demi-sel à la diable	Duo de haricots plats	Yaourt de nos fermes à la vanille	Poti'oranger

Du 23 au 27 novembre 2015

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 23	Cervelas et cornichons	Bœuf ● mode	Purée de potiron	Fromage des Pyrénées	Fruit
Mar. 24	Salade de deux céleris ●	Gratin de poisson sauce rouille	Macaronis ●	Petit suisse aromatisé	Choux au chocolat et noisette
AMUSE-BOUCHE : GUACAMOLE					
Mer. 25	Betteraves cuites	Boulettes de mouton et merguez sauce orientale et légumes couscous	Semoule ●	Yaourt nature et sucre	Fruit ●
Jeu. 26	Salade verte vinaigrette moutarde à l'ancienne	Omelette sauce tomate ●	Pommes de terre rissolées	Fraidou	Liégeois à la vanille
Ven. 27	Salade de tortis ● au surimi	Cordon bleu de volaille	Gratin de brocolis ●	Coulommiers	Fruit

Du 30 novembre au 4 décembre 2015

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 30	Salade de boulgour à la coriandre ●	Goulash de bœuf ●	Poêlée de légumes	Petit blanc de nos fermes et sucre	Fruit
Mar. 1	Salade Coleslaw ●	Quenelles nature sauce aurore ●	Riz ● pilaf	Chanteneige	Mix lait mandarine et vanille
Mer. 2	Salade de linguines aux légumes	Filet de poisson pané frais et citron	Épinards ● béchamel	Edam	Crème dessert au chocolat
Jeu. 3	Soupe gagnante du Festival des Soupes 2015	Gratin de pommes de terre façon tartiflette			Fruit
Ven. 4	Chou chinois	Dés de colin sauce béchamel aux épices douces	Haricots verts ● à l'ail	Carré	BENARD Gâteau de semoule

Poêlée de légumes : carottes, navets, pommes de terre - Salade Coleslaw : carottes et chou blanc ●.

Du 7 au 11 décembre 2015

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 7	Céleri ● rémoulade	Saucisse de Strasbourg	Lentilles ● CÉRÈS mijotées à la moutarde	Bleu d'Auvergne AOP	Liégeois au chocolat
Mar. 8	Œuf dur et mayonnaise	Blanquette de dinde ●	Purée de potiron	Brie Girard	Fruit
AMUSE-BOUCHE : RIZ COMPLET					
Mer. 9	Salade tourangelle	Veau ● sauce Marengo	Farfallines	Petit suisse aromatisé	Banane ● sauce chocolat
Jeu. 10	Salade verte	Sauté de bœuf façon Stroganoff	Pommes noisette	Vache qui rit	Fruit
Ven. 11	Carottes râpées ● vinaigrette au miel et moutarde	Filet de hoki sauce normande	Gratin de chou-fleur ●	Fromage blanc et sucre	Gâteau au yaourt

Salade tourangelle : haricots verts, tomate, flageolets.

Du 14 au 18 décembre 2015

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 14	Salade de pommes de terre au thon	Beignets de poisson et citron	Épinards ● à la béchamel	Tomme blanche	Fruit
RECETTE À PARTAGER					
Mar. 15	Salade de chou rouge ● vinaigrette balsamique	Sauté de porc sauce moutarde à l'ancienne	Riz ●	Saint-Bricet	Smoothie pomme-banane
Mer. 16	Salade verte	Cuisse de poulet tandoori ●	Coquillettes ● au gratin	Fromy	Île flottante
Jeu. 17	Taboulé	Steak haché de bœuf charolais sauce diabolotin	Carottes ● Vichy	Yaourt de nos fermes à la fraise	Fruit
Ven. 18	REPAS DE FIN D'ANNÉE				

Du 21 au 24 décembre 2015

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 21	Salade Coleslaw ●	Spaghettis ● à la bolognaise au bœuf charolais		Samos	Compote allégée tous fruits
Mar. 22	Salade verte vinaigrette à la ciboulette	Rôti de dinde ● au jus	Poêlée de légumes d'hiver	Bûchette	Fruit ●
Mer. 23	Velouté Dubarry	Filet de hoki sauce bretonne	Semoule ●	Montboissié	Mousse au chocolat au lait
Jeu. 24	Salade soissonnaise	Nuggets de volaille et ketchup	Purée de potiron	Fromage blanc et sucre	Fruit

Salade Coleslaw : chou blanc et carottes - Poêlée de légumes d'hiver : salsifis, carottes, pommes de terre - Salade soissonnaise : haricots blancs, olives noires et tomate.

Du 28 au 31 décembre 2015

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT
Lun. 28	Feuilleté au fromage	Sauté de bœuf sauce hongroise	Carottes ● persillées	Yaourt aromatisé ●	Fruit
Mar. 29	Salade d'endives aux pommes et noix	Quenelles sauce armoricaine	Riz ●	Camembert	Flan vanille nappé caramel
Mer. 30	Salade de penne ● au pesto rouge	Blanc de poulet sauce façon Grand'mère	Petits pois à l'étuvée	Cantafrais	Fruit
Jeu. 31	REPAS DE FIN D'ANNÉE				

Chaque jeudi, le repas sera servi avec du pain BIO.

● Produit Label Rouge



● Produit BIO



● Plat végétarien



Recette à base de produits locaux



Deux poids, deux mesures !

L'alimentation doit compenser les dépenses liées au fonctionnement du corps, à la croissance et aux activités physiques de chacun. Mais ces besoins varient beaucoup d'un enfant à l'autre et évoluent, bien sûr, en fonction de l'âge. Ainsi, dans nos cantines, nous servons à vos enfants des portions adaptées à leur âge, définies par des experts de l'enfance et encadrées par une recommandation.

Sogeres
RESTAURATEUR

30, cours de l'Île Seguin - 92777 Boulogne Billancourt Cedex
Internet : www.sogeres.fr - E-mail : contact@sogeres.fr