

# Communauté de Communes Terres des Confluences (Elémentaire)

## Menus du 26/02/2024 au 01/03/2024


# MENU


de la semaine

### LUNDI

Radis en rondelles  
Sauce fromage blanc aux herbes

Sauté de bœuf sauce tomate  
basilic

 Brocolis bio  
au persil

 Semoule bio


Edam

Compote de poires allégée en  
sucre

### MARDI

Soupe de haricots verts et  
pommes de terre


Torsade sauce bolognaise lentilles  
vertes et emmental

 Yaourt bio brassé framboise,  
abricot

Fruit

### MERCREDI

Champignons émincés  
Sauce crème ciboulette

 SAUCISSE DE TOULOUSE  
bbc

Purée de pommes de terre

 Coulommiers bio


Dessert lacté gélifié saveur  
chocolat


Fruit

Pain

Chocolat au lait (tablette)

### JEUDI

 Emincé de chou rouge bio  
vinaigrette à la moutarde


 Filet de limande pmd sauce  
citron


Duo de carottes orange et jaune  
au jus de légumes

Petit fromage blanc aux fruits

Gâteau haricots blancs aux poires

### VENDREDI

 Salade de riz bio composée  
cpne

 Œuf dur opa  
Epinards branches en béchamel

Fromage frais Fraidou

Fruit frais

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Œuf de poule  
élevée en plein air



Bleu blanc cœur



Cuisiné par nos  
équipes



Issu de l'agriculture  
biologique



Produit de la mer  
durable



Produit local


Communauté de Communes Terres des Confluences (Elémentaire)  
Menus du 04/03/2024 au 08/03/2024

# MENU

de la semaine

## LUNDI

Salade verte fraîche  
et croûtons  
et vinaigrette moutarde

 Médaillon de merlu pmd sauce  
au curry


 Riz bio

Edam

Mousse au chocolat au lait

## MARDI

Soupe de betteraves et pommes  
de terre

 Pâtes bio sauce au légume soja  
(carotte, tomate, haché végétal)  
et emmental râpé


Yaourt aromatisé

Fruit frais

## MERCREDI

Panais rémoulade aux pommes

Sauté de dinde sauce crème et  
champignons  
Gratin de chou fleur et pommes de  
terre

 Fromage fondu vache qui rit bio


Compote de pommes et fraises  
allégée en sucre

Fruit frais

 Gâteau au fromage blanc cpne

## JEUDI


Crêpe à l'emmental


Rôti de veau au jus  
 Haricots verts bio à l'ail

Fromage blanc sucré

Fruit frais

## VENDREDI

 Taboulé aux raisins secs,  
semoule bio cpne

 Jambon blanc\* Ir  
Purée de pdt et lentilles corail à  
l'indienne

Pointe de Brie

Fruit frais

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Certifié Label Rouge



Cuisiné par nos  
équipes



Issu de l'agriculture  
biologique



Produit de la mer  
durable


Communauté de Communes Terres des Confluences (Elémentaire)  
Menus du 11/03/2024 au 15/03/2024

# MENU

de la semaine

## LUNDI

Salade de pois chiche  
et vinaigrette moutarde


Sauté de boeuf sauce au thym  
 Poêlée de légumes bio  
(courgettes, carottes et pommes  
de terre)

Fromage blanc aromatisé

Assiette de fruits d'hiver (ananas  
et orange)

## MARDI

Radis roses en rondelles  
Vinaigrette au miel


 Omelette bio  
Sauce Basquaise  
Riz

Coulommiers

Dessert lacté gélifié saveur  
chocolat

## MERCREDI

 Endives bio  
et pomme  
et vinaigrette moutarde


 Parmentier colin d'Alaska pmd  
purée de carottes

 Saint Nectaire aop

Smoothie ananas passion

Pain au lait  
Lait demi écrémé


## JEUDI

 Macédoine bio  
et vinaigrette moutarde

Pâtes farfalle épinard et chèvre


Fromage frais Saint môret

Banane

 sauce au chocolat au lait cpne


## VENDREDI

\*\*\* Les Pas Pareilles \*\*\*

 Chou blanc bio  
Vinaigrette framboise

Cordon bleu de volaille  
Ratatouille à la niçoise  
Blé

Yaourt aromatisé

 Fondant haricot rouge  
framboise cpne

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy  
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine  
Protégée



Cuisiné par nos  
équipes



Issu de l'agriculture  
biologique



Produit de la mer  
durable

Communauté de Communes Terres des Confluences (Elémentaire)  
Menus du 18/03/2024 au 22/03/2024

# MENU

de la semaine

## LUNDI

Coquillettes au pesto



Cuisse de poulet rôti et son jus  
Haricots verts à l'ail



 Pont l'Evêque aop



 Fruit bio

## MARDI

\*\*\* Amuse-Bouche : Muesli \*\*\*

Radis roses  
Sauce fromage blanc citronnée



Merguez  
Purée de courgettes et pommes de terre



 Camembert bio




Beignet aux pommes

## MERCREDI

Soupe saint germain (pois cassés  
et pommes de terre)



Sauté de boeuf sauce façon  
orientale (épices, oignon rouge,  
tomate)

 Semoule bio



Yaourt aromatisé



Fruit frais

Muffin vanille pépites de chocolat



Purée de pomme fraîche à la  
cannelle cpne

## JEUDI

Salade verte fraîche  
et vinaigrette moutarde




Dahl de lentilles corail et riz




Fromage frais cantafrais




 Purée pomme bio parfumée  
fleur d'oranger

## VENDREDI

 Carottes râpées bio  
et vinaigrette au curry



 Filet de colin d'Alaska pmd  
pané frais  
Purée salsifis



Fromage blanc sucré  
différemment :

Coulis de mangue

Pâte à tartiner

Sucre roux



Fruit frais

sOgeres

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy  
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



Appellation d'Origine  
Protégée



Cuisiné par nos  
équipes



Issu de l'agriculture  
biologique



Produit de la mer  
durable

Communauté de Communes Terres des Confluences (Elémentaire)  
Menus du 25/03/2024 au 29/03/2024


# MENU

de la semaine

## LUNDI

Pomelos  
et dosette de sucre blanc


Sauté de boeuf sauce au thym  
Brocolis  
Semoule


 Fromage frais fouetté Rondelé  
bio

Compote de pêches allégée en  
sucre

## MARDI

Emincé d'endives  
vinaigrette à l'huile de noix


 Dés de poisson pmd sauce  
béchamel aux épices douces

 Coquille bio semi-complet

Camembert

Fruit frais

## MERCREDI

 Soupe dubarry (chou fleur et  
pommes de terre) cpne

Rôti de dinde à la diable  
Purée de pommes de terre


 Emmental bio

Fruit frais


Rocher coco nappé chocolat  
Jus de pommes

## JEUDI


Emincé de chou blanc et raisins  
secs  
et vinaigrette moutarde


Nuggets de poulet  
 Courgettes bio  
au persil

Petit fromage frais sucré

 Tarte normande dcg

## VENDREDI

 Œuf dur bio  
et mayonnaise

 Riz, korma végétarien brunoise  
provençale et petit pois cpne

Yaourt aromatisé

Fruit frais

sOgeres

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



Cuisiné par nos  
équipes



Décongelé



Issu de l'agriculture  
biologique



Produit de la mer  
durable

Communauté de Communes Terres des Confluences (Elémentaire)  
Menus du 01/04/2024 au 05/04/2024

# MENU

de la semaine

## LUNDI

## MARDI

## MERCREDI

## JEUDI

## VENDREDI

Salade de lentilles  
Sauté de boeuf sauce au thym  
Ratatouille à la niçoise  
Yaourt bio nature  
et dosette de sucre blanc  
Fruit frais

Radis  
et beurre  
Ravioli de saumon  
Fromage fondu vache qui rit bio  
Dessert lacté gélifié saveur vanille

Fruit frais  
Pain  
Chocolat noir (tablette)

\*\*\* C'est la fête : Repas de Printemps \*\*\*  
Salade verte fraîche  
vinaigrette à l'huile d'olive colza  
citron  
Escalope de dinde au jus  
Purée de pommes de terre bio  
Sauce barbecue  
Fromage au lait pasteurisé Carré  
Moelleux choco pépite cpne  
et crème fouettée

Carottes râpées  
et vinaigrette moutarde  
Chili sin carne cpne  
Riz bio  
Gouda  
Fruit frais

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy  
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres

Cuisiné par nos équipes


Issu de l'agriculture biologique


Communauté de Communes Terres des Confluences (Elémentaire)  
Menus du 08/04/2024 au 12/04/2024

# MENU

de la semaine

## LUNDI

 Soupe crecy (carottes et pommes de terre) cpne

 Omelette bio  
Ratatouille à la niçoise  
Blé


Fromage blanc sucré

Fruit frais

## MARDI


Céleri râpé  
Vinaigrette au cerfeuil


Cuisse de poulet rôti et son jus  
Riz à l'indienne

 Coulommiers bio

Mousse au chocolat noir

## MERCREDI

 Œuf dur bio  
et mayonnaise

 Croque monsieur au thon cpne  
Salade verte fraîche  
et vinaigrette moutarde

Saint Paulin

Compote de pommes allégée en  
sucre

Petit fromage frais sucré  
Gâteau aux épices


## JEUDI

\*\*\* Les Pas Pareilles : duo de  
brocolis \*\*\*


Tomates concassées, maïs et  
chips de maïs  
vinaigrette noire (olive)

Farfalles au pesto brocolis haricots  
blancs

Petit fromage frais sucré

 Fruit bio

## VENDREDI

 Carottes râpées bio  
et oignons frits  
et vinaigrette moutarde

Rôti de veau au jus  
Purée de pommes de terre

Fromage frais Cantadou ail et  
fines herbes

Milk shake coco

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy  
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Cuisiné par nos  
équipes



Issu de l'agriculture  
biologique

Communauté de Communes Terres des Confluences (Elémentaire)  
Menus du 15/04/2024 au 19/04/2024


# MENU

de la semaine

## LUNDI

Salade verte fraîche  
et vinaigrette moutarde

Sauté de boeuf sauce tomate et  
origan



 Carottes bio fraîches  
au persil

Yaourt nature sucré

Gaufre poudrée

## MARDI

Soupe cultivateur (carotte, pdt,  
poireau, ch fleur, céleri, HV, petits  
pois)


  Tajine marocain pois chiche  
bio semoule bio cpne


Tomme blanche

Fruit frais

## MERCREDI


Choux bicolores

 Médaillon de merlu pmd sauce  
au citron  
Courgettes  
Riz

 Fromage blanc bio  
Confiture de fraise  
Miel

Sucre roux

Fruit frais



 Beignet au chocolat dcg  
Lait demi écrémé

## JEUDI

Carottes râpées  
vinaigrette à l'huile d'olive colza  
citron



Nuggets de blé  
Ketchup pomme  
Macaroni

Yaourt aromatisé

  Purée de pommes bio  
parfumée à la cannelle cpne

## VENDREDI

Feuilleté au fromage fondu

 Jambon blanc\* Ir  
 Purée de haricots verts et  
pommes de terre bio

Fromage frais Petit Cotentin

Fruit frais

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy  
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres






Communauté de Communes Terres des Confluences (Elémentaire)  
Menus du 22/04/2024 au 26/04/2024

# MENU

de la semaine

## LUNDI

 Endives bio  
et vinaigrette moutarde

—

Farfalles aux légumes du sud et  
dés de fromage de brebis

—

Montcadi croûte noire

—


Dessert lacté flan saveur vanille  
nappé caramel

## MARDI

Radis roses  
et beurre

—

Sauté de porc\* aux petits oignons

 Boulgour bio

—

Pointe de Brie


—

Compote de pommes et abricots  
allégée en sucres

## MERCREDI

Soupe de légumes variés (carotte,  
pdt, poireau, chou-fleur, céleri h.  
verts, petits pois)

—

 Rôti de bœuf vbf  
et son jus


—

Purée de pommes de terre

—

Petit fromage blanc aux fruits

—

 Fruit bio

—

Pain

—

Confiture de prunes


—

Yaourt aromatisé


## JEUDI

Tartinade d'haricots blancs

—

 Thon à la tomate et au basilic  
cpne  
Riz

—

 Yaourt bio à la vanille

—


Assiette de fruits (pomme, orange)


## VENDREDI

\*\*\***Amuse-Bouche : Dessert  
végétal lait de coco**\*\*\*

Concombre en rondelles  
et vinaigrette au basilic

—

 Colin d'Alaska pmd pané au riz  
soufflé

 Haricots verts bio sauce tomate

—

Fromage frais Tartare nature

—

Smoothie de pommes et bananes

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy  
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Cuisiné par nos  
équipes



Issu de l'agriculture  
biologique



Produit de la mer  
durable



Viande Bovine  
Française

Communauté de Communes Terres des Confluences (Elémentaire)  
Menus du 29/04/2024 au 03/05/2024


# MENU

de la semaine

## LUNDI

Soupe de betteraves et pommes  
de terre

Emincé de saumon sauce citron


 Semoule bio


Yaourt aromatisé


Fruit frais

## MARDI

Segments de pomelos

 Riz pilaf, épinards, pois chiches  
et graines de courge bio

 Edam bio

 Tarte chocolat dcg


## MERCREDI

## JEUDI

Salade façon piémontaise de  
dinde

Sauté de bœuf sauce paprika  
persil


Petits pois mijotés


 Fromage fondu vache qui rit bio

Fruit frais

## VENDREDI

Carottes râpées  
vinaigrette au cumin et coriandre

 Omelette opa  
sauce tomate

 Coquille bio semi-complet

Pointe de Brie

Compote de pommes et fraises  
allégée en sucre

\* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy  
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Œuf de poule élevée  
en plein air



Décongelé



Issu de l'agriculture  
biologique