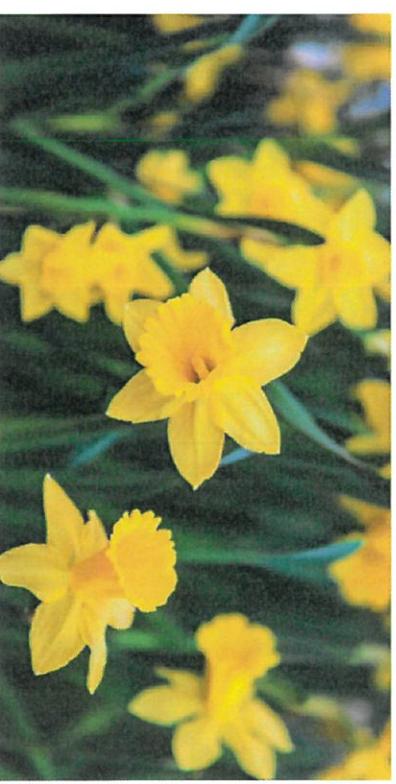


Semaine du Lundi 03 mars au vendredi 07 mars 2025

	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
<p>Produits laitiers</p> <p>Fruits et légumes</p> <p>Viandes, poissons œufs</p> <p>Céréales, légumes secs</p> <p>Produits sucrés</p>	<p>Friand à la viande</p> <p>Boeuf</p> <p>Carottes</p> <p>Tomme Noire</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Betteraves rouges vinaigrette</p> <p>Rôti dinde au jus</p> <p>Haricots verts</p> <p>Camembert à la coupe</p> <p>Muffin pépites chocolat</p>	<p>Salade coleslaw</p> <p>Escalope viennoise</p> <p>Boulgour</p> <p>Vache Picore</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Œuf mayonnaise</p> <p>Piggar fromage</p> <p>Salade verte</p> <p>Fromage blanc</p> <p>Crème chocolat</p>	<p>Carottes râpées vinaigrette</p> <p>Poisson pané</p> <p>Petit moulé</p> <p>Mousse citron</p>
<p>Cuisiné par nos chefs</p> <p>Origine France</p> <p>Menu végétarien</p> <p>Agriculture biologique</p> <p>Pêche responsable</p>					

*Le mois de mars est souvent associé à la fin de l'hiver et au début du printemps, à la renaissance et au renouveau. C'est pourquoi la jonquille, fleur de naissance du mois de mars, est considérée comme une fleur emblématique de l'espoir et de la vitalité.*



« Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

Pour des raisons d'approvisionnement, SOGIREST se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.  
SOGIREST vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002.

# MENU

Semaine du Lundi 10 mars au vendredi 14 mars 2025

<p><b>Lundi</b></p> <p>Produits laitiers</p> <p>Fruits et légumes</p> <p>Viandes, poissons, œufs</p> <p>Céréales légumineuses</p> <p>Produits sucrés</p> <p>Choux blancs B10 vinaigrette</p> <p>Spaghettis B10</p> <p>Bolegnaise B10</p> <p>Chanteneige B10</p> <p>Fruit de saison B10</p>	<p><b>Mardi</b></p> <p>Menu végétarien</p> <p>Salade haricots verts</p> <p>Quenelles nature sauce tomate</p> <p>Frites</p> <p>Petit pois</p> <p>Crème praliné</p>	<p><b>Mercredi</b></p> <p>Menu végétarien</p> <p>Roquette croustillon</p> <p>Cordon bleu</p> <p>Courgettes béchamel</p> <p>Garnas</p> <p>Fruit de saison</p>	<p><b>Jeudi</b></p> <p>Agriculture biologique</p> <p>Salade Maïs pois rouges</p> <p>Moqueca de poulet</p> <p>Riz jaune</p> <p>Tarte coco ananas</p>	<p><b>Vendredi</b></p> <p>Pêche responsable</p> <p>Crêpe champignons</p> <p>Filet colin sauce provençale</p> <p>Brocolis béchamel</p> <p>Pavé 1/2 sel</p> <p>Compote de fruits</p>
--	---	--	---	--

## MENU À THEME : BRÉSIL

La moqueca est un plat très typique de l'état de Bahia au Nordeste du Brésil. Il consiste en un ragoût au lait de coco dont l'ingrédient principal est soit du poisson, soit du poulet, soit des crevettes.



« Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement.

Pour des raisons d'approvisionnement, SOGIREST se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.

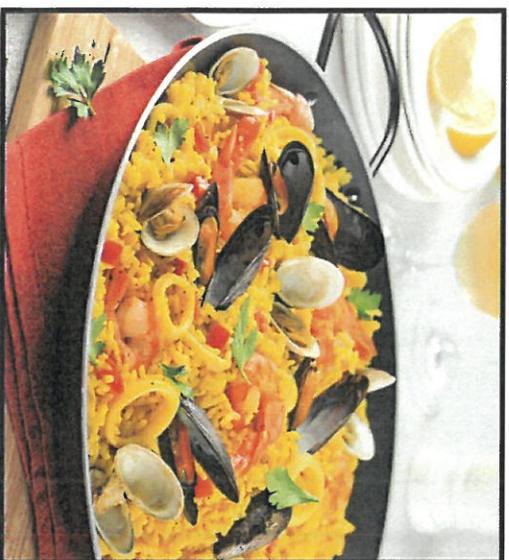
SOGIREST vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002.

# MENU

Semaine du Lundi 17 mars au vendredi 21 mars 2025



	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi
<p><b>Produits laitiers</b></p> <p><b>Fruits et légumes</b></p> <p><b>Viandes, poissons œufs</b></p> <p><b>Céréales légumes secs</b></p> <p><b>Produits sucrés</b></p>	<p>Macedoine mayonnaise</p> <p>Chipolata</p> <p>Entilles au jus</p> <p>Fromy (fromage fondus)</p> <p>Yaourts fruits</p>	<p>Betteraves vinaigrette</p> <p>Omelette nature</p> <p>Chou fleur</p> <p>Fromage blanc</p> <p>Chouquettes</p>	<p>Salade verte + croutons</p> <p>Rôti porc au jus</p> <p>Tornades sauce tomate</p> <p>Edam</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade verte</p> <p>Charcuterie</p> <p>Pommes vapeur + fromage raclette</p> <p>Compote de fruits</p>	<p>Roulé fromage</p> <p>Paëlla de la Mer</p> <p>Brie à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>
<p>Cuisiné par nos chefs</p> <p>Origine France</p> <p>Menu végétarien</p> <p>Agriculture biologique</p> <p>Pêche responsable</p>					



*Le plat traditionnel fait l'objet d'une protection AOC. Les ingrédients sont ceux que l'on trouvait historiquement dans la région de Valence.*

*À savoir : même si la paëlla valenciana est la seule protégée par une AOC, il existe une grande variété de paëllas différentes suivant les régions d'où elles proviennent et les ingrédients ajoutés. Fruits de mer et poisson, petits pois, porc ou encore poivrons permettent de créer des variantes à la paëlla d'Espagne traditionnelle.*

« Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

Pour des raisons d'approvisionnement, SOGIREST se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.

SOGIREST vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002.

Semaine du Lundi 24 mars au vendredi 28 mars 2025

Cuisiné par nos chefs	Origine France	Menu végétarien	Agriculture biologique	Pêche responsable
<p><b>Lundi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Produits laitiers</li> <li>Céleri rémoulade</li> <li>Ravioles (plat complet)</li> <li>Fruits et légumes</li> <li>Charenteaise</li> <li>Fruit de saison</li> <li>Viandes, poissons œufs</li> <li>Céréales légumes secs</li> <li>Produits sucrés</li> </ul>	<p><b>Mardi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Carottes râpées</li> <li>Oeufs florentine (œufs épinards béchamel)</li> <li>Fromage blanc sucré</li> <li>Compote pomme/banane</li> </ul>	<p><b>Mercredi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Salade haricots verts</li> <li>Gauffe de beauf au jus</li> <li>Coquillettes</li> <li>Yaourt nature</li> <li>Fruit de saison</li> </ul>	<p><b>Judi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mais thon en salade</li> <li>Jambon grill sauce tomate</li> <li>Purée</li> <li>Mimolette</li> <li>Quatre quarts du Chef</li> </ul>	<p><b>Vendredi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li> Lentilles vinaigrette</li> <li>Blanquette de poisson</li> <li>Poêlée de légumes</li> <li>Garnes</li> <li>Salade de fruits</li> </ul>

# MON REPAS VÉGÉTARIEN

## Une fois par semaine !

C'est un repas SANS VIANDE ET SANS POISSON.

Des oeufs, des produits laitiers



### Manger végétarien et équilibré, c'est facile !

Minceaux et vitamines

Glucides complexes

Protéines

Calcium

Des légumes, fruits, céréales (blé, maïs, riz...), tubercules (pommes de terre, patates douces, topinambours...) légumineuses (lentilles, pois, haricots...)

Eau

Pain

et grasses à petite dose

« Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merc d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »