

Saint Jean de Soudain (Elémentaire)
Menus du 05/01/2026 au 09/01/2026

MENU de la semaine

LUNDI

**** Repas végétarien ****

Emincé de chou rouge
vinaigrette à la moutarde



Ravioli farci aux légumes
bio



Dessert lacté flan vanille
nappé caramel bio



Dés de poisson pmd sauce
béchamel aux épices douces



Haricots vert bio à l'ail



Semoule bio



Camembert bio



Fruit bio



MERCREDI

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



Jambon blanc*

Nuggets de blé



Lentilles mijotées bio



Yaourt nature Icl



VENDREDI

**** C'est la fête : la galette des rois ****

Salade iceberg
et vinaigrette moutarde



Rôti de boeuf vbf sauce
bercy



Colin d'Alaska pmd sauce
bercy (persil, échalote)
Petits pois mijotés



Galette à la frangipane

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

sOgeres



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la
mer durable



Produit local



Viande Bovine
Française

Saint Jean de Soudain (Elémentaire)

Menus du 12/01/2026 au 16/01/2026

MENU de la semaine

LUNDI

Salade de blé aux petits légumes



Filet de colin d'Alaska pané frais

Epinards bio hachés à la béchamel



Fruit bio

MARDI

**** Repas végétarien ****

Chou chinois et vinaigrette moutarde



Boulettes sarrasin lentilles légumes sauce teriyaki

Riz bio



Crème dessert saveur caramel

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Salade verte bio et vinaigrette moutarde



Hachis Parmentier de bœuf char pomme de terre bio fraîches



Parmentier de colin d'Alaska pmd et purée de pomme de terre bio



Fromage blanc aromatisé aux fruits

**** Repas végétarien ****

Crêpe à l'emmental



Brocolis bio au persil



Saint Nectaire aop



Fruit bio

sOgeres



Appellation
d'Origine
Protégée



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la
mer durable



Viande charolaise

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy



Saint Jean de Soudain (Elémentaire)
Menus du 19/01/2026 au 23/01/2026

MENU de la semaine



LUNDI

Radis roses et beurre

Sauté de dinde façon fermière
Emincé de saumon sauce citron
 Semoule bio
Carottes fraîches

 Fromage frais fouetté Rondelé bio

MARDI

Galette de boulgour, haricot rouge et poivron
Haricots beurre

Coulommiers bio

 Fruit bio

MERCREDI

**** En route pour le goût : La fête des agrumes ****
Beignets de calamar et quartier de citron
 Chou fleur bio béchamel
 Yaourt bio nature Marmelade d'oranges

Gâteau au citron

JEUDI

**** Repas végétarien ****
Salade iceberg et vinaigrette moutarde

 Pommes de terres bio fromagères (fromage à tartiflette)

 Dessert lacté flan vanille nappé caramel bio

VENDREDI

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy



Issu de
l'agriculture
biologique

sOgeres

Saint Jean de Soudain (Elémentaire)

Menus du 26/01/2026 au 30/01/2026

MENU de la semaine

LUNDI

AB Salade de boulgour bio tomate et poivrons



AB Sauté de boeuf bio sauce échalote

Colin d'Alaska pmd sauce échalote

AB Haricots verts bio



Fruit

MARDI

**** Repas végétarien ****

Chou chinois et vinaigrette moutarde



Tortelloni 4 fromages et sauce tomate et emmental râpé



Purée de pomme bio fraîche et poire

MERCREDI

Jambon de dinde Samoussa de légumes AB Pomme de terre bio crèmeuse, mozzarella, cheddar



Montcadi croûte noire



AB Fruit bio



VENDREDI

Salade verte bio et vinaigrette moutarde



Dés de colin d'Alaska pmd sauce curry

AB Carottes bio à l'ail



Flèche Beignet aux pommes dcg

sOgeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy



Saint Jean de Soudain (Elémentaire)

Menus du 02/02/2026 au 06/02/2026

MENU de la semaine

LUNDI

**** Repas végétarien ****

 Emincé de chou rouge bio vinaigrette à la moutarde

 Tajine, semoule bio et pois chiches bio

Fromage fondu Vache qui rit

MARDI

**** L'assiette découverte : les haricots blanc ****

Tartinade de haricot blanc, tomate marinée et basilic

Chips de maïs

Nuggets de poulet

 Colin d'Alaska pmd pané aux 3 céréales

 Chou fleur bio

 Fruit bio

MERCREDI

Emincé de saumon sauce citron

 Coquillettes bio

 Pont l'Evêque aop

 Fruit bio

Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy



Appellation
d'Origine
Protégée



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la
mer durable

VENDREDI

**** Repas végétarien ** **
C'est la fête : Vive les crêpes ****

Salade coleslaw (Carotte, chou blanc, oignon, mayonnaise)

 Omelette bio

 Epinards bio hachés à la béchamel

Crêpe nature sucrée

sOgeres