

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

MARDI

 Dés de poisson pmd sauce
béchamel aux épices douces

 Haricots vert bio à l'ail

 Semoule bio

 Camembert bio

 Fruit bio


MERCREDI


JEUDI

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

Jambon blanc*

Nuggets de blé


 Lentilles mijotées bio


 Yaourt nature lcl

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

 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

VENDREDI

**** Repas végétarien ****

Crêpe à l'emmental

 Brocolis bio
au persil

 Saint Nectaire aop

 Fruit bio

sOgeres

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



Appellation
d'Origine
Protégée



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la
mer durable



Viande charolaise

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


JEUDI

**** 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

VENDREDI


**** Repas végétarien ****

Salade iceberg
et vinaigrette moutarde



 Pommes de terres bio
fromagères (fromage à
tartiflette)



 Dessert lacté flan vanille
nappé caramel bio

sOgeres

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




Issu de
l'agriculture
biologique


Saint Jean de Soudain (Elémentaire)
Menus du 26/01/2026 au 30/01/2026


MENU


de la semaine

LUNDI

 Salade de boulgour bio
tomate et poivrons

 Sauté de boeuf bio sauce
échalote

 Colin d'Alaska pmd sauce
échalote

 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

JEUDI


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

Montcadi croûte noire

 Fruit bio

VENDREDI

Salade verte bio
et vinaigrette moutarde

 Dés de colin d'Alaska pmd
sauce curry

 Carottes bio à l'ail

 Beignet aux pommes dcg

sOgeres

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



Décongelé




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

JEUDI


Emincé de saumon sauce
citron

 Coquillettes bio



 Pont l'Evêque aop



 Fruit bio


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

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



Appellation
d'Origine
Protégée



Issu de
l'agriculture
biologique



Produit de la
mer durable