

sOgeres

Menus

VINCENNES

Élémentaires & Maternelles

Mai-Juin 2024



ÉDITO

C'est le printemps, la saison idéale pour faire le plein de fruits et de légumes de saison, colorés et vitaminés.

Les menus pour les mois de mai et juin sont élaborés par des chefs en collaboration avec des diététiciennes. Ensemble, ils conçoivent des plats équilibrés et originaux afin de donner aux enfants le plaisir de manger.

Au programme de cette nouvelle période, deux recettes "Pas Pareilles".

En mai, la recette joue sur de nouvelles saveurs et des textures différentes avec le caramel mou accompagné du caramel liquide. Puis en juin, les enfants apprécieront de découvrir les différences entre le melon orange et le melon d'eau.

L'animation "C'est bientôt les vacances", célèbre la fin de l'année scolaire et le début de l'été. Au programme : un menu spécial dans une ambiance conviviale et festive.

Bon appétit !

Odile SÉGURET

Adjointe au Maire chargée de l'Enfance
Vice-présidente du Conseil Départemental



SoHappy

L'application de la restauration scolaire pour les familles !

Consultez les menus, actualités et recettes

Téléchargez l'app

Disponible sur les stores



ou sur www.so-happy.fr



Du 2 au 3 mai 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Jeu. 2	Carottes râpées ● Vinaigrette à la moutarde Concombre ● et maïs ● et sauce cocktail	Boulette de bœuf ● Sauce tomate	Riz Brocolis ●	Yaourt ● brassé à la banane Yaourt ● nature		Gateau moelleux marbré chocolat Yaourt nature ● Fruit ●	Quiche poulet- épinards Salade de fruits
MENU VÉGÉTARIEN							
Ven. 3		Farfalles aux légumes du sud et dés de fromage de brebis		Yaourt ● nature Yaourt ● aromatisé framboise	Banane ● Ananas ●	Baguette et confiture de fraise ● Fromage blanc nature ● Purée de pomme ●	Gratin de coquillettes au fromage Abricots

Du 6 au 10 mai 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 6	Salade de tomate ● Salade verte ● fraîche	Beignet de poisson	Purée d'épinard ● (pomme de terre fraîche)		Tarte au flan	Baguette Chanteneige ● Fruit ●	Gnocchis à la feta et légumes rôtis Brochette de fruits
MENU LOCAL							
Mar. 7		Sauté de bœuf ● Sauce façon orientale	Haricots vert ● à l'ail Semoule	Coulommiers ● Pointe de brie ●	Pomme ● de producteur local	Pain au chocolat Lait demi-écrémé ● Purée de pomme et banane ●	Salade de pâtes brocoli et tomate séchée Yaourt nature au miel
Mer. 8	FÉRIÉ						
Jeu. 9							
Ven. 10							

Du 13 au 17 mai 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 13	Haricot vert et vinaigrette dosette	Demi-lune de saumon et emmental râpé ●			Pomme ●	Barre bretonne Petit-suisse nature ● Fruit ●	Farfalle aux petits pois, carottes et haricots verts Mousse au chocolat
Mar. 14		Filet de merlu aux fines herbes	Carottes ● à l'ail Blé	Yaourt nature sucré de la Ferme de Sigy	Melon ● Pomme ●	Baguette et beurre Yaourt aromatisé citron ● Jus de pomme 100% pur jus ●	Poêlée de courgette, pomme de terre & lardons Salade de fraise
Mer. 15	Concombre ● et maïs ● Céleri ● rémoulade	Emincé de dinde ● Sauce aigre-douce	Frites		Crème dessert ● à la vanille	Baguette Gouda ● Fruit ●	Wok de haricot vert aux crevettes Tartines de fromage Purée de pêche
Jeu. 16	L'AMUSE-BOUCHE DU MOIS - CORNICHON AIGRE-DOUX MENU VÉGÉTARIEN						
		Omelette ●	Epinards ● hachés à la béchamel Coquillettes	Coulommiers ● Bûche de chèvre ●	Pastèque ● Banane ●	Gâteau fourré à la fraise Fromage blanc nature ● Purée de pomme et pêche ●	Hachis parmentier aux petits pois et carottes Yaourt aromatisé
Ven. 17		Rôti de veau ● Sauce forestière (oignon, champignon, carotte, ail)	Courgettes ● Riz ●	Cantal ● Saint-Nectaire ●	Purée de pomme ● parfumée à la fleur d'oranger	Baguette et barre de chocolat Yaourt nature ● Fruit ●	Pâtes au thon, sauce tantam Smoothie fraise et banane

Du 20 au 24 mai 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 20	FÉRIÉ						
Mar. 21	Salade de tomate ● Melon ●	Poulet ● rôti au jus	Purée de brocoli ● et pomme de terre fraîche		Crème dessert ● au chocolat	Baguette Emmental ● Fruit ●	Mini-croissants au roquefort et mâche Salade de fraise et framboise
Mer. 22		Sauté de bœuf ● Sauce au paprika et persil	Petits pois ● Lentilles mijotées 	Yaourt ● nature Yaourt ● brassé à la banane	Pomme ● Poire ●	Baguette et beurre Fromage blanc nature ● Purée de pomme et banane ●	Salade de pâtes au crabe Crème renversée à la vanille et au caramel
Jeu. 23		Tajine de dinde ● Sauce poire, miel, cumin, cannelle	Semoule Légumes couscous ●	Munster ● Pont l'Évêque ●	Melon ● Banane ●	Moelleux citron Yaourt nature ● Purée de pomme ●	Orzo crémeux aux saucisses et courgettes Pêche
Ven. 24	LES PAS PAREILLES - DUO DE SAVEURS				MENU VÉGÉTARIEN 		
	 Concombre ● et maïs ● Salade verte ● fraîche Sauce crème ciboulette	Œuf ● à la coque et ses mouillettes	Frites		Gâteau mou au caramel et caramel liquide (farine) 	Baguette et confiture d'abricot ● Petit-suisse nature ● Fruit ●	Taboulé de boulgour au thon, maïs et tomate Moelleux au chocolat & banane

Du 27 au 31 mai 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 27	Melon ● Salade de tomate ● et emmental ●	Colin d'Alaska pané au riz soufflé 	Haricots verts ● à la tomate Blé		Orange ● Pomme ●	Baguette et beurre Yaourt aromatisé framboise ● Fruit ●	Spaghettis de courgette à la bolognaise Salade de fruits frais Yaourt nature
Mar. 28	MENU VÉGÉTARIEN 			Yaourt ● aromatisé vanille Yaourt ● nature	Beignet parfum chocolat noisette 	Barre marbrée Lait demi-écrémé ● Purée de pomme et abricot ●	Salade de concombre Tagliatelles aux dés de saumon frais Compote de pomme et fraise
Mer. 29	Salade verte ● fraîche et croûtons Pastèque ●	Bolognaise de bœuf ●	Pennes ● semi-complètes et emmental râpé ● Légumes façon Maillot ● (petits pois, carotte, haricot vert)		Coupelle de purée de pomme et poire ● Purée de pomme et banane ●	Baguette Edam ● Fruit ●	Quiche légère fondante saumon et épinard Cerises
Jeu. 30	Carottes râpées ● Vinaigrette à la moutarde Concombre ● et maïs ●	Rôti de porc* ● Sauce charcutière (moutarde, cornichon) Rôti de dinde ● Sauce charcutière	Boulgour Chou-fleur ●		Crème dessert ● à la vanille	Brioche tranchée Yaourt aromatisé citron ● Fruit ●	Salade grecque au poulet, tomate et concombre Yaourt aromatisé
Ven. 31		Emincé de thon Sauce aux fines herbes	Carottes ● Pommes de terre vapeur	Saint-Nectaire ● Cantal ●	Fraises	Baguette et pâte à tartiner ● Fromage blanc nature ● Purée de pomme et poire ●	Taboulé oriental Bœuf au brocoli Gouda Bananes au chocolat

Du 3 au 7 juin 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
	MENU VÉGÉTARIEN						
Lun. 3		Omelette ●	Riz Ratatouille ●	Fromage au lait pasteurisé Carré ● Pointe de brie ●	Orange ● Pomme ●	Baguette Chanteneige ● Purée de pomme et banane ●	Cordon bleu maison Petits pois Tartine de fromage Brochette de fruits de saison
Mar. 4	Salade de tomate ● Salade verte ● fraîche	Sauté de bœuf ● Sauce au maïs doux 	Haricots verts ● Boulgour		Gaufre bruxelloise 	Moelleux citron Yaourt nature ● Fruit ●	Salade composée de pâtes complètes (concombre, emmental, blanc de dinde, tomate, maïs) avec sauce vinaigrette à l'huile Yaourt aromatisé
Mer. 5		Meunière colin d'Alaska frais et quartier de citron 	Frites	Edam ● Camembert ●	Nectarine ● Pêche ●	Baguette et confiture fraises ● Fromage blanc nature ● Purée de pomme et poire ●	Courgettes farcie à la mozzarella Quinoa Fromage blanc et fruits en morceaux
Jeu. 6		Sauté de porc* ● Sauce au thym <i>Sauté de dinde ● au thym</i>	Carottes ● Semoule	Yaourt ● brassé à la fraise Yaourt ● nature	Melon ●	Pain au lait Yaourt aromatisé framboise ● Purée de pomme ●	Wok de crevette accompagné de nouilles Gaspacho de tomate, poivron et concombre Salade de fruits de saison
Ven. 7		Courmentier de colin d'Alaska (purée courgette ● et pomme de terre)		Munster  Pont l'Évêque 	Banane ● Pastèque ●	Baguette et beurre Petit-suisse nature ● Jus de pomme 100% pur jus ●	Salade de concombre Risotto de pâtes Purée de fraise et banane

Du 10 au 14 juin 2023

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 10	Salade verte ● fraîche Pomelo ●	Merlu portion Sauce béchamel aux épices douces 	Blé ● façon pilaw Haricots verts ●	Yaourt ● nature Yaourt ● aromatisé framboise		Baguette et barre de chocolat Yaourt aromatisé vanille ● Fruit ●	Flan de courgette Salade verte avec vinaigrette au miel Fruits frais
Mar. 11		Omelette ●	Epinards en branches à la béchamel Pommes de terre vapeur	Cantal  Saint-Nectaire 	Pêche ● Nectarine ●	Baguette et beurre Yaourt aromatisé citron ● Purée de pomme et pêche ●	Bœuf au curry & poivron en lamelles Riz Yaourt nature & morceaux de fraise
Mer. 12	Courgettes ● et tomates ● Carottes râpées ● Vinaigrette à la moutarde	Bifteck haché ● sauce barbecue	Purée Dubarry, chou-fleur ● et pommes de terre fraîche ● 		Crème dessert ● chocolat	Gaufre nappée chocolat Petit-suisse nature ● Fruit ●	Pâte au thon & champignon Carré frais Salade de fruits rouges
Jeu. 13		MENU VÉGÉTARIEN					
		Pennes semi-complètes ● sauce lentille corail, curry et maïs		Bûche de chèvre ● Edam ●	Melon ● Pastèque ●	Barre bretonne Yaourt nature ● Purée pomme abricot ●	Carottes rôties & saumon en croûte d'épices Yaourt nature & compote
Ven. 14	Concombre ● et maïs ● Céleri ● rémoulade et emmental ●	Colombo de dinde ●	Riz complet ● Ratatouille ●		Purée de pomme ● (fraiche) et mirabelle	Baguette Emmental ● Fruit ●	Brocolis frits Cuisse de poulet Smoothie à la fraise

Du 17 au 21 juin 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
	MENU LOCAL						
Lun. 17		Colin d'Alaska pané au riz soufflé	Carottes ● Lentilles mijotées	Yaourt nature sucré de la Ferme de Sigy	Orange ● Pomme ● de producteur local	Croissant Lait demi-écrémé ● Purée de pomme et banane ●	Salade de tomate Tarte flambée au lard fumé Yaourt à la confiture de fraise
Mar. 18	Melon ● Pastèque ●	Hachis parmentier de bœuf ●	Salade verte ● fraîche		Coupelle de purée de pomme ● Purée de pomme et banane ●	Baguette Gouda ● Fruit ●	Concombre farci au thon Coquillettes Smoothie de saison
Mer. 19		Quenelle nature Sauce végétale crémée	Riz Brocolis ●	Camembert ● Emmental ●	Pêche ● Nectarine ●	Baguette et beurre Yaourt nature ● Purée pomme ●	Carottes râpées Crêpes salées aux épinards Purée de pomme et pêche
Jeu. 20	Salade de tomate ● Sauce crème ciboulette Carottes râpées ● Vinaigrette à la moutarde	Rôti de veau ● Sauce Marengo (tomate et champignon)	Coquillettes Haricots verts ●	Yaourt ● nature Yaourt ● brassé au citron		Brioche tressée Yaourt aromatisé framboise ● Fruit ●	Poivrons farcis Riz complet Yaourt nature Madeleine
Ven. 21	L'AMUSE-BOUCHE DU MOIS - GRAINES DE COURGE MENU VÉGÉTARIEN						
		Tajine marocain pois chiche ●	Semoule ●	Pont l'Evêque ● Munster ●	Abricot ●	Baguette et confiture abricot ● Fromage blanc nature ● Purée de pomme et pêche ●	Wrap thon-avocat Fromage à tartiner Bâtonnet de crudité Salade de fruits rouges

Du 24 au 28 juin 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 24	Salade verte ● fraîche et oignons frits et maïs	Poulet ● rôti au jus	Haricots verts ● à la tomate Farfalles		Coupelle de purée de pomme et poire ● Coupelle de purée de pomme et abricot ●	Baguette et pâte à tartiner ● Petit-suisse nature ● Fruit ●	Moussaka Tartine de fromage Bananes flambées
Mar. 25	MENU VÉGÉTARIEN						
Mar. 25		Chili sin carne	Riz Petits pois mijotés ●	Camembert ● Fromage au lait pasteurisé Carré ●	Pastèque ● Melon ●	Barre marbrée Yaourt nature ● Purée pomme abricot ●	Bâtonnets de poulet pané, accompagné de bâtonnets de carottes & concombre Dessert lacté
Mer. 26	Concombre ● et maïs ● Salade de tomate ●	Sauté de bœuf ● Sauce au paprika et persil	Boulgour Carottes ●		Crème dessert ● à la vanille	Baguette Rondelé ● Fruit ●	Sandwich [pain de mie complet, fromage à tartiner, tomate, avocat, salade, œuf] Salade de fraise
Jeu. 27		Colin d'Alaska Sauce basilic	Blé Courgette ●	Cantal ● Saint-Nectaire ●	Pêche ● Banane ●	Brownie chocolat Fromage blanc nature ● Purée de pomme et poire ●	Salade de riz au crabe (maïs, tomate, poivron, surimi) Yaourt & cookie
Ven. 28	BIENTÔT LES VACANCES !						
	Salade coleslaw ● (carotte, chou blanc, oignon, mayonnaise)	Steak haché de veau ● et ketchup	Frites		Cake cococ, cacao et pépite de chocolat	Baguette et beurre Yaourt aromatisé vanille ● Fruit ●	Œuf à la coque, mouillette, salade verte et tomate en tranches Fromage blanc et confiture

*Plat à base de porc.
Plat de remplacement.



Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appi SoHappy.