

sOgeres

Menus

VINCENNES

Crèches (2 à 4 ans)

Janvier - Février 2024



ÉDITO

Nous vous souhaitons une bonne année 2024 !

Pour affronter l'hiver, il faut renforcer son système immunitaire et faire le plein d'énergie. C'est pourquoi, nos chefs ont élaboré des menus pour les mois de janvier et février, riches en fruits et en légumes qui couvriront les besoins de vos enfants en vitamines et contribueront à bien les hydrater.

Envie de cuisiner en famille ? Rendez-vous dans l'app SoHappy pour découvrir des idées de recettes hivernales pour le soir.

Bon appétit !

Céline MARTIN
Adjointe au Maire
chargée de la Petite Enfance
et des Seniors

Muriel RUFFENACH
Conseillère municipale déléguée,
chargée de la Petite Enfance et
du suivi des travaux dans les crèches



SoHappy

L'application de la restauration
scolaire pour les familles !



Consultez les menus,
actualités et recettes

Téléchargez l'app












ou sur www.so-happy.fr















	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 1 ^{er}	FÉRIÉ						
Mar. 2	Salade de betterave ●	Lieu noir Sauce bretonne 	Petits pois ●	Pont l'Évêque 	Orange ●	Baguette Chocolat noir (tablette) Petit fromage frais nature Coupelle de purée de pommes et poire	Gratin de butternut Kiwi
Mer. 3	Pomelo ● et orange	Sauté de poulet ● au jus	Haricots blancs ● persillés	Fromage frais fouetté Rondelé ●	Purée de pomme et poire ●	Riz au lait Banane	Poisson pané Jardinière de légumes Kaki
Jeu. 4	Soupe de champignon ● 	Omelette ●	Légumes couscous ● Semoule	Petit-suisse nature ●	Ananas ●	Baguette Fromage frais Petit Cotentin Coupelle de purée de pomme	Velouté de brocolis Compote de pomme et banane
Ven. 5	Macédoine ●	Rôti de porc* ● Jus aux oignons Rôti de dinde ● jus aux oignons	Haricots verts ● Lentilles  mijotées	Gouda ●	Pomme ●	Madeleine longue Yaourt nature Compote sans sucre ● aux 4 épices	Riz au fromage et au potiron Fromage blanc et sucre









Du 8 au 12 janvier 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 8	Brocolis ●	Sauté de bœuf ● sauce façon orientale 	Carottes ● Boullgour	Edam ●	Poire ●	Barre bretonne à partager Fromage blanc nature Coupelle de purée de pomme et poire	Blanc de poulet sauce à la crème et aux champignons Haricots verts Flan
Mar. 9	Endives ●	Dés de colin d'Alaska  sauce coco, citron vert	Poêlée de légumes ● [courgettes, carottes et pommes de terre] Semoule	Yaourt ● nature	Coupelle de purée de pomme ●	Baguette Miel Petit fromage frais nature Orange	Rôti de porc Petits pois Compote de poire
Mer. 10	Carottes râpées ●	Steak haché de veau ● à la tomate	Coquillettes Haricots verts ●	Saint-Nectaire 	Coupelle de purée de pomme- pêche ●	Corn Flakes Ananas Lait de croissance	Ratouille Riz Crème dessert au chocolat
Jeu. 11	Soupe de lentille ● au cumin 	Sauté de porc* ● Emincé de dinde ● au jus	Ratouille ● Riz	Pointe de brie ●	Banane ●	Baguette et beurre Fromage blanc nature Purée de pommes ● parfumée à la cannelle 	Carottes et jambon au fromage frais Compote de poire
Ven. 12	Taboulé 	Lieu noir Sauce au citron 	Purée d'épinard ● [pomme de terre fraîche]  	Emmental ●	Clémentine ●	Galette des Rois Pâtisserie Yaourt nature Coupelle de purée de pomme	Gratin de coquillettes, brocolis et cheddar Purée de pomme- kiwi









Du 15 au 19 janvier 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 15	Salade de betterave ●	Colombo de dinde ●	Carottes ● Pâtes	Gouda ●	Pomme ●	Baguette Chocolat noir (tablette) Petit fromage frais nature Coupelle de purée de pomme et ananas	Steack haché Gratin de brocoli Orange
Mar. 16	Pomelo ●	Sauté de bœuf sauce niçoise ● 	Chou-fleur ● Pomme de terre Caldeirada (pdt, tomate, oignon)	Saint-Paulin ●	Coupelle de purée de pomme et abricot ●	Galettes pur beurre Yaourt nature Poire	Gâteau de poisson au curry Kiwi
Mer. 17	Soupe de légumes variés ● 	Lieu noir sauce citron 	Petits pois mijotés ● Semoule	Yaourt nature de Sigy 	Banane ●	Baguette Coulommiers Coupelle de purée de pomme	Tomate, courgette, poulet à la crème et au basilic Petit-suisse et sucre
Jeu. 18	Chou blanc ●	Filet de dinde façon jambon ●	Purée de pois cassé (St-Germain) (pomme de terre ● fraîche)  	Cantal 	Poire ●	Baguette / Confiture Petit fromage frais nature Purée pomme ●  parfumée fleur  d'orange	Brandade de morue Flan vanille-caramel d'orange
Ven. 19	Carottes râpées ●	Cabillaud sauce estragon 	Riz Brocolis ●	Coulommiers ●	Coupelle de purée de pomme ●	Cake au chocolat (farine ●)   Yaourt nature Pomme	Quiche aux épinards accompagnée de merlan Clémentine










Du 22 au 26 janvier 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 22	Haricot vert ●	Sauté de porc* ● Sauce tomate Emincé de dinde sauce tomate ●	Bouquet de légumes ● (chou-fleur, brocoli et carotte) Semoule	Yaourt ● nature	Orange ●	Baguette Fromage frais Petit Moulé Coupelle de purée de pomme et poire	Coquillettes au poireau Jambon Clémentine aux 4 épices, cuite au four
Mar. 23	Endives ●	Cabillaud Sauce au citron 	Epinards hachés ● au jus Riz	Emmental ●	Purée de pomme et banane ●	Madeleine longue Petit fromage frais nature Pomme	Soupe de butternut Pomelo
Mer. 24	Céleri râpé ●	Omelette ●	Ratatouille ● Blé	Pont l'Evêque 	Coupelle de purée de pomme et pêche ●	Baguette et beurre Yaourt nature Orange	Hachis parmentier Kaki
Jeu. 25	Soupe de poireau et pomme de terre ● 	Rôti de veau au romarin ●	Purée de carotte et pomme de terre (pomme de terre ● fraîche)  	Pointe de brie ●	Ananas ●	Petits beurre Fromage blanc nature Coupelle de purée de pomme et fraise	Lasagnes au saumon Compote maison
Ven. 26	Chou rouge ●	Lieu noir sauce bretonne 	Haricots verts ● Coquillettes	Gouda ●	Purée de pomme et poire ●	Baguette / Confiture Petit fromage frais nature Purée de pomme ●  parfumée à la vanille 	Purée d'aubergine au chèvre Yaourt nature et miel

Du 29 janvier au 2 février 2024


	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 29	Endives ●	Sauté de bœuf ● sauce aux olives 	Légumes façon Maillot ● (petit pois, carotte, haricot vert) Blé	Camembert ●	Coupelle de purée de pomme-pêche ●	Galettes pur beurre Petit fromage frais nature Poire	Boullghour aux légumes Clémentine
Mar. 30	Salade de betterave ●	Dés de colin d'Alaska sauce cerfeuil 	Chou-fleur ● Fusilli ●	Fromage blanc ●	Pomme ●	Baguette Coulommiers Purée de pomme et abricot	Soupe poireau-patate douce Mousse au chocolat
Mer. 31	Chou bicolore ●	Emincé de dinde au curry ●	Légumes couscous ● Boullghour	Edam ●	Purée de pomme et banane ●	Petits beurre Fromage blanc nature Ananas	Moussaka Orange
Jeu. 1 ^{er}	Soupe aux épinards ● et pommes de terre 	Cabillaud Sauce Aurore 	Haricots verts ● Riz	Yaourt ● nature	Orange ●	Baguette Chocolat noir (tablette) Petit fromage frais nature Coupelle de purée de pomme et pruneau	Tarte aux légumes et fromage Salade de fruits de saison
Ven. 2	Carottes râpées ●	Rôti de porc* ● au jus <i>Rôti de dinde ● au jus</i>	Purée de courgette et pomme de terre (pomme de terre ● fraîche)  	Munster 	Coupelle de purée de pomme et abricot ●	Fête des crêpes Crêpe nature sucrée Yaourt nature Purée de pomme ● parfumée à la cannelle 	Œuf au plat Poelée de légumes de saison Orange

Du 5 au 9 février 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 5	Endives ●	Dés de colin d'Alaska sauce crème,herbes 	Bouquet de légumes ● (chou-fleur, brocoli et carotte) Fusilli ●	Pont l'Évêque 	Purée de pomme et banane ●	Barre bretonne à partager Petit fromage frais nature Orange	Gratiné de bœuf et chou de Bruxelles à la tomate Kaki
Mar. 6	Salade de lentille ●	Sauté de bœuf ● aux olives 	Carottes ● Semoule	Yaourt ● nature	Pomme ●	Baguette Fromage frais Petit Cotentin Coupelle de purée de pomme et poire	Saumon et sa fondue de poireau Boullghour Compote de pomme-kiwi-mangue
Mer. 7	Soupe de chou-fleur ● 	Cabillaud Sauce au citron 	Blé Petits pois mijotés ●	Fromage frais fouetté Rondelé ●	Clémentine ●	Madeleine longue Yaourt nature Purée de pomme ● 	Parmentier de panais au canard Compote de pomme, banane et cannelle
Jeu. 8	Carottes râpées ●	Filet de dinde façon jambon ●	Purée de panais (panais et pomme de terre ● fraîche)  	Pointe de brie ●	Purée de pomme et poire ●	Baguette Confiture Petit fromage frais nature Ananas	Frites de patate douce et carotte Poisson pané Kiwi
Ven. 9	Salade de betterave ●	Sauté de porc* ● Sauce caramel	Épinards ● hachés à la béchamel Riz	Gouda ●	Banane ●	Moelleux pomme cannelle et figue  [farine locale] Fromage blanc nature Coupelle de purée de pomme et fraise	Purée de petit pois et oignon Crêpe fondante à la poire

Du 12 au 16 février 2024

VACANCES SCOLAIRES





	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 12	Endives ● vinaigrette sans moutarde	Daube de bœuf ● à la provençale	Haricots verts ● Pommes de terre vapeur	Edam ●	Coupelle de purée de pomme et abricot ●	Petits beurre Fromage blanc nature Pomme	Galettes de semoule aux légumes Clémentine
Mar. 13	Macédoine ●	Dés de colin d'Alaska ● Sauce au curry	Boulgour Brocoli ●	Petit-suisse nature ●	Poire ●	Baguette Coulommiers Coupelle de purée de pommes et ananas	Röstis au panais et carotte Jambon Compote aux châtaignes
Mer. 14	SAINT-VALENTIN						
 Mer. 14	Chou rouge ●	Sauté de poulet ● au jus	Ratatouille ● Coquillettes	Emmental ●	Coupelle de purée de pomme-pêche ●	Riz au lait Orange	Mousseline de pomme de terre Saumon Crème de banane
Jeu. 15	Soupe montagnarde ● (ail, carotte, céleri, oignon, poireau, pdt, crème)	Omelette ●	Carottes ● Riz	Camembert ●	Banane ●	Baguette Miel Fromage blanc nature Coupelle de purée de pomme et poire	Purée façon pot-au-feu au bœuf Riz au lait
Ven. 16	Pomelo ●	Sauté de porc* ● sauce aux olives <i>Emincé de dinde sauce aux olives</i>	Bouquet de légumes ● (chou-fleur, brocoli et carotte) Blé	Cantal ●	Purée de pomme et poire ●	Baguette et beurre Yaourt nature Purée de pomme parfumée fleur d'oranger	Cake butternut, roquefort et noix Petit pot de tapioca, pomme et banane

Du 19 au 23 février 2024

VACANCES SCOLAIRES

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 19	Pomelo ●	Emincé de dinde ● Sauce Marengo (champignon, oignon, tomate)	Riz Carottes ●	Yaourt nature de Sigy ●	Coupelle de purée de pomme et abricot ●	Baguette Fromage frais Petit Moulé Poire	Riz, brocoli et poisson à l'orange Banane
Mar. 20	Salade de pomme de terre ●	Lieu noir ● Sauce au citron	Haricots verts ● Semoule	Saint-Paulin ●	Pomme ●	Galettes pur beurre Yaourt nature Purée de pomme et abricot	Pancakes de potimarron et crème de châtaignes
Mer. 21	Carottes râpées ●	Sauté de bœuf ● Sauce tomate et origan	Epinards ● hachés à la béchamel Blé	Gouda ●	Purée de pomme et banane ●	Baguette et beurre Fromage blanc nature Banane	Brocoli et jambon en crumble de parmesan Compote de prune-poire
Jeu. 22	Soupe de légumes variés ●	Filet de dinde ● façon jambon	Coquillettes Brocoli ●	Yaourt ● nature	Ananas ●	Corn Flakes Purée de pomme parfumée à la cannelle Lait de croissance	Velouté de citrouille à la tomate et cumin Crumble de pomme-banane
Ven. 23	Œuf dur ●	Dés de colin d'Alaska ● Sauce béchamel épices douces	Purée de betterave (Betterave ●, pomme de terre ● fraîche)	Pont l'Evêque ●	Clémentine ●	Baguette Chocolat noir (tablette) Yaourt nature Coupelle de purée de pomme et fraise	Purée de potimarron Dinde aux marrons Riz Fromage blanc à l'abricot

Du 26 au 29 février 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 26	Haricot vert ●	Bolognaise de bœuf ●	Chou-fleur ● Pâtes	Petit-suisse nature ●	Orange ●	Baguette Fromage frais Petit Cotentin Coupelle de purée de pomme et ananas	Accras de morue Purée de butternut Compote exotique poire-ananas
Mar. 27	Endives ●	Sauté de porc* ● Sauce caramel ● <i>Emincé de dinde au caramel</i> ●	Ratatouille ● Boulgour	Edam ●	Purée de pomme et banane ●	Barre bretonne à partager Fromage blanc nature Pomme	Timbale de coquillettes et chou-fleur Yaourt nature au miel
Mer. 28	Brocolis ●	Lieu noir Sauce Aurore 	Petits pois mijotés ● Riz	Saint-Nectaire 	Banane ●	Petits beurre Petit fromage frais nature Coupelle de purée de pomme et pruneau	Tourte aux épinards et feta Compote de pomme et poire
Jeu. 29	Soupe andalouse ●  (haricot vert, tomate, pomme de terre)	Rôti de veau au jus ●	Lentilles mijotées  Carottes ●	Camembert ●	Clémentine ●	Baguette Confiture Yaourt nature Coupelle de purée de pomme	Galettes indiennes de pomme de terre Compote de pomme, poire et clémentine

*Plat à base de porc.
Plat de remplacement.

● Produit BIO



● Produit Label Rouge



Cuisiné par nos équipes



Appellation d'Origine Protégée



Indication Géographique Protégée



Pêche durable



Produit local



sOgeres

6, rue de la Redoute - 78280 Guyancourt
Internet : www.sogeres.fr - E-mail : contact@sogeres.fr