

sOgeres

Menus

VINCENNES

Élémentaires & Maternelles

Janvier - Février 2024



ÉDITO

Nous vous souhaitons une bonne année 2024 !

Pour affronter l'hiver, il faut s'assurer de couvrir les besoins de vos enfants en vitamines et de bien les hydrater. C'est pourquoi, nos chefs ont élaboré des menus pour les mois de janvier et février riches en fruits et légumes.

Cette nouvelle période sera également marquée par 3 grands moments festifs : La fête de "**La galette des rois**" en janvier, mais aussi "**Vive les crêpes**" et la nouvelle animation qui célèbre "**La Saint-Valentin**" en février.

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



	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 1 ^{er}	FÉRIÉ						
Mar. 2		Omelette ● fraîche	Purée de courge butternut et pomme de terre fraîche ● Petits pois ●	Yaourt ● nature Yaourt ● brassé au citron	Orange ● Pomme ●	Moelleux citron Yaourt nature ● Purée de pomme ●	Croque-monsieur Salade Clémentine
Mer. 3		Poulet ● rôti au jus	Purée Crécy ● (Carotte et pomme de terre ● fraîches	Pont l'Évêque ● Munster ●	Purée de pomme et poire ● Purée de pomme et banane ●	Baguette et beurre Yaourt aromatisé à la vanille Fruit ●	Velouté de chou-fleur et noix Tartine de fromage Clémentine
Jeu. 4	REPAS VÉGÉTARIEN					Brownie chocolat Petits-suisses naturels ● Purée de pomme et banane ●	Escalope de dinde sauce tomate Gnocchis Yaourt nature et miel
Ven. 5	Emincé de chou rouge ● vinaigrette à la moutarde Salade verte ● fraîche vinaigrette tomate	Meunière colin d'Alaska frais et quartier de citron	Lentilles mijotées		Beignet aux pommes	Baguette Edam ● Fruit ●	Croquettes de patate douce au fromage Salade verte Compote de pomme maison

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 8		Sauté de bœuf ● façon orientale	Carotte ● Boulgour	Bûche de chèvre ● Edam ●	Poire ● Kiwi ●	Baguette confiture de fraise ● Lait demi-écrémé ● Purée de pomme et pêche ●	Chou roti et lentille Fromage blanc Orange
Mar. 9	REPAS VÉGÉTARIEN					Barre pâtissière Yaourt aromatisé framboise ● Fruit ●	Macaroni à la viande Yaourt aromatisé
Mer. 10	Salade coleslaw ● Carotte râpée ●	Médailon de merlu sauce au curry	Coquille ● semi-complète Haricot vert ●		Crème dessert ● au chocolat	Baguette Gouda ● Fruit ●	Velouté de carotte au curry Petit fromage Clémentine
Jeu. 11	Soupe de lentilles ● au cumin et emmental râpé ●	Omelette ●	Chou-fleur ● au persil Riz ●		Pomme ● Banane ●	Brioche tressée Yaourt aromatisé au citron ● Purée de pomme-abricot ●	Gratin de coquilles Salade de fruit de saison
Ven. 12	PARTAGE DE LA GALETTE					Baguette et beurre Yaourt nature ● Fruit ●	Carottes rapées Fish and chips Banane flambée



Du 15 au 19 janvier 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 15	REPAS VÉGÉTARIEN					Pain au lait Yaourt aromatisé à la vanille Purée de pomme-poire	Poireau à la béchamel Moelleux à la fleur d'oranger
Mar. 16	Salade verte Pomelo	Sauté de bœuf sauce niçoise	Frites	Munster Pont l'Evêque	Orange Poire	Baguette Emmental Fruit	Curry de pois chiche et patate douce Orange
Mer. 17	MENU LOCAL					Baguette et barre de chocolat Fromage blanc nature Fruit	Pavé de saumon Purée de butternut Compote de fruit
Jeu. 18	Rillettes de thon Salade coleslaw	Filet de limande sauce aurore	Petits pois mijotés Semoule	Yaourt nature de Sigy		Gâteau fourré à l'abricot Petits-suisses naturels Purée de pomme	Courgette farcie au riz et au thon Cake aux pommes et coings
Ven. 19	Carottes râpées Endives	Emincé de dinde sauce à l'estragon	Riz Brocolis		Cake au chocolat (farine)	Baguette et beurre Yaourt aromatisé à la framboise Fruit	Steack haché de bœuf Purée de potiron Camembert Pomme

Du 22 au 26 janvier 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 22		Médailillon de merlu sauce échalote	Semoule Bouquet de légumes	Cantal Saint-Nectaire	Kiwi Orange	Baguette et pâte à tartiner Yaourt nature Purée de pomme-pêche	Rôti de bœuf sauce moutarde / Lentilles Yaourt nature Quatre-quarts aux fruits
Mar. 23		Poulet rôti au jus	Epinards branches à la béchamel Riz	Yaourt nature Yaourt brassé	Poire Pomme	Baguette et beurre Yaourt aromatisé à la vanille Jus de pomme	Parmentier de cabillaud Compote de pomme Cookie
Mer. 24	Salade verte Salade de betterave	Omelette	Ratatouille Blé		Crème dessert à la vanille	Baguette Chanteneige Fruit	Quiche aux pommes de terre et au jambon Fruit frais
Jeu. 25	Soupe de poireau-pomme de terre et emmental râpé	Rôti de veau au romarin	Carotte au jus Pomme de terre vapeur fraîche		Clémentine Banane	Muffin vanille et pépites de chocolat Fromage blanc nature / Purée de pomme-poire	Tortillas aux légumes Poire à la cannelle
Ven. 26	LES PAS PAREILLES - DUO DE SAVEURS			REPAS VÉGÉTARIEN		Pain au chocolat Lait demi-écrémé Fruit	Wok de cabillaud Tian de légume Flan vanille caramel
	Emincé de chou rouge vinaigrette à la moutarde Salade verte fraîche	Coquitiflette (coquillettes et fromage type tartiflette)			Purée de pomme parfumée à la vanille Madeleine		

Du 29 janvier au 2 février 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 29		Sauté de bœuf ● sauce aux olives ●	Légumes façon Maillot (petit pois, carotte, haricot vert) Blé	Yaourt ● aromatisé framboise ● Yaourt ● nature ●	Pomme ● Poire ●	Baguette et beurre ● Yaourt aromatisé à la framboise ● Purée de pomme-banane ●	Filet de poulet sauce à la confiture de fraise ● Pommes de terre sautées / Orange ●
Mar. 30	Salade verte ● fraîche, pomelo ● et vinaigrette d'agrumes ●	Colin d'Alaska pané au riz soufflé et ketchup ●	Farfalles Chou-fleur ● béchamel et emmental râpé ●		Dessert lacté flan vanille nappé caramel ●	Pain d'épices ● Yaourt nature ● Fruit ●	Poisson blanc aux agrumes ● Petit pois-carotte ● Tartine de fromage Fruits ●
Mer. 31	Houmous ● Chips de maïs ●	Tajine de dinde ● sauce poire, miel, cumin, cannelle ●	Frites		Ananas ● Clémentine ●	Baguette et gelée de groseille ● Fromage blanc nature ● / Purée de pomme-abricot ●	Flan au saumon ● Salade ● Yaourt à la confiture ●
Jeu. 1 ^{er}	REPAS VÉGÉTARIEN					Gâteau fourré à l'abricot ● Petits-suisses nature ● / Purée de pomme-pêche ●	Poisson pané ● Jardinière de légumes ● Compote de poire ●
Ven. 2	CHANDELEUR					Baguette Rondelé ● Fruit ●	Tortilla espagnole ● Salade verte ● Fromage blanc et sucre ●
	 Carottes râpées ● Endives ● et dés de cantal ●	Rôti de porc* ● au jus ● Rôti de dinde ● au jus ●	Purée de courgette et pomme de terre ●		Crêpe nature sucrée ● Confiture ●		

Du 5 au 9 février 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 5	REPAS VÉGÉTARIEN					Barre bretonne ● Fromage blanc nature ● Purée de pomme ●	Blanc de poulet sauce crème champignons ● Haricots verts ● Flan ●
Mar. 6	MENU LOCAL					Baguette et barre de chocolat ● Yaourt nature ● Purée de pomme-poire ●	Rôti de porc ● Petits pois ● Compote de poire ●
Mer. 7	Soupe de chou-fleur ● et emmental râpé ●	Médailillon de merlu sauce au citron ●	Blé Petits pois mijotés ●	Pont l'Evêque ● Munster ●	Orange ● Clémentine ●		
Jeu. 8	Carottes râpées ● Salade coleslaw ●	Filet de dinde ● façon jambon ●	Raclette (garniture)	Yaourt nature de Sigy ●	Pomme ● Poire ●		
Ven. 9	LES PAS PAREILLES - DUO DE SAVEURS					Coupelle de purée de pomme ● Purée de pomme et poire ●	Gaufrette fourrée à la noisette ● Yaourt aromatisé à la vanille ● Fruit ●
	 Céleri branche et Céleri rave rémoulade et dés de cantal ●	Emincé de dinde ● sauce moutarde ●	Epinars branche ● à la crème ● Riz ●		Moelleux pomme cannelle et figue (farine) ●	Baguette beurre ● Yaourt aromatisé à la framboise ● Fruit ●	Coquillettes au veau et aux poireaux ● Salade de fruits de saison ●

Du 12 au 16 février 2024

VACANCES SCOLAIRES

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 12		Colin d'Alaska sauce tomate et champignon	 Pommes de terre vapeur Haricots verts ●	Saint-Nectaire ● Cantal ●	Orange ● Kiwi ●	Baguette beurre Yaourt nature ● Jus de pomme ●	Paupiette de saumon Gratin de chou-fleur Petit-suisse et sucre
Mar. 13	REPAS VÉGÉTARIEN						
Mer.14	SAINT-VALENTIN						
	Emincé de chou rouge ● vinaigrette à la moutarde	Poulet ● rôti au jus	Gnocchis à la betterave Ratatouille ●	Fromage blanc ● coulis de fruit rouge		Baguette confiture d'abricot ● Lait demi-écrémé ● Fruit ●	Emincé de dinde sauce béchamel Riz kiwi
Jeu. 15	Soupe montagnarde ● (ail, carotte, céleri, oignon, poireau, pdt, crème) et emmental râpé ●	Rôti de bœuf ● au jus	Carottes ● Riz		Banane ● Clémentine ●	Gaufre poudrée Yaourt aromatisé au citron ● Purée de pomme-banane ●	Artichaud Tartine de fromage Flan vanille caramel
Ven. 16	Rillettes de maquereau	 Sauté de porc* ● sauce aux olives Sauté de dinde ● sauce aux olives	Frites		Purée de pomme ● parfumée fleur d'oranger	Baguette Gouda ● Fruit ●	Quiche aux épinards, saumon et chèvre Clémentine

Du 19 au 23 février 2024

VACANCES SCOLAIRES

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
	REPAS VÉGÉTARIEN						
Lun. 19		Chili sin carne	Riz complet Carottes	Pont l'Evêque Munster	Crème dessert à la vanille	Baguette pâte à tartiner Fromage blanc nature Fruit	Coquillettes façon risotto aux champignons Orange
Mar. 20		Sauté de bœuf sauce au paprika et persil	Haricots verts Semoule	Yaourt aromatisé framboise Yaourt nature	Poire Pomme	Baguette beurre Yaourt aromatisé à la vanille Purée de pomme-abricot	Soupe de butternut Pomelo
Mer. 21	Carottes râpées Chou blanc et dés de cantal	Médailon de merlu sauce crème	Epinards branches à la béchamel Blé		Gâteau basque	Brioche tranchée Yaourt aromatisé à la framboise Fruit	Hachis parmentier Kaki
Jeu. 22	L'AMUSE-BOUCHE DU MOIS - CHOU ROMANESCO						
	Soupe de légumes variés (carotte, pdt, poireau, chou-fleur, céleri, h. vert, petit pois) et emmental râpé	Filet de dinde façon jambon	Coquillettes Brocoli		Ananas Kiwi	Gâteau fourré au cacao Yaourt nature Purée de pomme-poire	Fondue de poireaux et blé yaourt nature et miel
Ven. 23	Œuf dur et dosette de mayonnaise	Brandade de poisson (colin d'Alaska, merlu, hoki) (Pdt fraîche)	Salade verte fraîche et vinaigrette moutarde		Pomme Clémentine	Baguette Emmental Purée de pomme-pêche	Burger maison Salade verte Compote maison

Du 26 au 29 février 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 26		Bolognaise de bœuf ●	Penne rigate	Bûche de chèvre ● Coulommiers ●	Orange ● Poire ●	Croissant Lait demi-écrémé ● Purée de pomme ●	Poisson blanc en papillote Petits pois-carottes Mousse au chocolat
Mar. 27	Endives ● Pomelo ●	Colin d'Alaska pané au riz soufflé et quartier de citron ●	Ratatouille ● Boulgour		Purée de pomme et banane ● Coupelle de purée de pomme et abricot ●	Baguette Chanteneige ● Fruit ●	Sauté de bœuf Lentilles et carottes Clémentine
Mer. 28		Emincé de dinde ● sauce au thym	Haricots verts ● Riz	Saint-Nectaire ● Cantal ●	Banane ● Kiwi ●	Baguette beurre Yaourt nature ● Purée de pomme-banane ●	Moussaka Crème dessert à la vanille
Jeu. 29	Soupe andalouse ● (haricot vert, tomate, pomme de terre) et emmental râpé ●	Emincé de saumon sauce bretonne ●	Lentilles mijotées ● Carottes ●		Clémentine ● Ananas ●	Muffin au chocolat Petits-suisses naturels ● Purée de pomme-poire ●	Brouillade d'œufs à la tomate kiwi

*Plat à base de porc.
Plat de remplacement.

●

Produit BIO

●

Produit Label Rouge

●

Œuf de poule élevée en plein air

Cuisiné par nos équipes

Appellation d'Origine Protégée

Pêche durable

Produit local

Viande de bœuf charolais

Chaque mois, les recettes **“Pas pareilles”** permettent à vos enfants de découvrir des duos de saveurs inédits.

En janvier, une note sucrée qui joue sur la différence de texture avec **“la pomme en morceaux et en compote”**, et en février la découverte de 2 variétés de céleri aux goûts forts et étonnants **“le céleri branche et le céleri rave”**.