

sOgeres

Menus VINCENNES

Crèches (2 à 4 ans)

Novembre & Décembre 2024



ÉDITO

L'hiver approche à grands pas !
Avec lui, les diététiciennes accompagnées par les chefs, doivent redoubler de créativité pour faire découvrir les nouveaux fruits et légumes de saison. Les choux, brocolis, kiwi, clémentine...
Au programme : faire le plein de vitamines !

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

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

NOUVEAU !
Un site internet dédié
aux animations.



Enroute
pourlegout.fr



SoHappy

Consultez les menus, actualités et recettes

L'application de la restauration
scolaire pour les familles !

Disponible sur les stores



ou sur www.so-happy.fr

Scannez ce
QR Code et
téléchargez
l'app



Du 4 au 8 novembre 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 4	Pomelo ●	Emincé de dinde ● Sauce au thym ●	Haricots blancs à la tomate	Fromage frais fouetté Rondelé ●	Coupelle de purée de pomme & pêche ● Orange ●	Petits beurre Yaourt ● nature Clémentine ●	Galettes de légumes et dos de colin sauce aux échalottes Riz kiwi
Mar. 5	Salade de lentille ● vinaigrette sans moutarde	Lieu noir ● Sauce basilic ●	Petits pois ●	Yaourt ● nature	Pomme ●	Baguette Pointe de brie ● Coupelle de purée de pomme et abricot ●	Panais râpé Croziflette au potimarron Compote de pomme & poire
Mer. 6	Soupe Crécy, carotte et pomme de terre ●	Sauté de bœuf ● Sauce tomate et origan ●	Chou-fleur ● Semoule	Pont l'Évêque ●	Banane ●	Riz au lait Coupelle de purée de pomme ●	Oëuf à la coque Pâtes aux fèves, pesto et tomates cerise Yaourt nature et miel
Jeu. 7	Endives ● vinaigrette sans moutarde	Sauté de porc* ● Sauce fermière (oignon, petit pois, carotte) Emincé de dinde ● façon fermière	Fusilli ● Ratatouille ●	Coulommiers ●	Poire ●	Baguette et beurre Fromage blanc ● Purée de pomme ● fraîche parfumée à la cannelle	Haricots verts Curry de courgette au lait de coco Riz et lentilles corail Pomme rôtie
Ven. 8	Oëuf dur ● vinaigrette sans moutarde	Dés de colin d'Alaska ● Sauce au curry ●	Epinards ● hachés à la béchamel Riz	Gouda ●	Orange ●	Gâteau vendéen Yaourt ● nature Banane ●	Ecrasé de butternut au chèvre Tranche de blanc de dinde Clémentine

Du 11 au 15 novembre 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 11	FÉRIÉ						
Mar. 12	Betteraves ● et maïs ● vinaigrette sans moutarde	Sauté de bœuf ● aux olives ●	Petits pois ●	Pointe de brie ●	Poire ●	Barre bretonne à partager Yaourt ● nature Coupelle de purée de pomme et abricot ●	Purée de potiron Saumon en papillotte Purée de fruits
Mer. 13	Pomelo ●	Emincé de dinde ● au caramel	Lentilles mijotées ●	Petit-suisse nature ●	Pomme ● Orange ●	Baguette Fromage frais Chanteneige ● Purée de pomme fraîche ● parfumée à la vanille	Soupe de pois cassés Tartine de fromage Yaourt nature et miel
Jeu. 14	Soupe montagnarde ● (ail, carotte, céleri, oignon, poireau, pdt, crème)	Dés de colin d'Alaska ● Sauce au citron persillée ●	Riz ● Brocolis ●	Cantal ●	Kaki ●	Corn flakes Lait de croissance Coupelle de purée de pomme & pêche ●	Pintade au potimarron rôti et purée de patate douce Fromage blanc nature Orange
Ven. 15	Carottes râpées ● vinaigrette sans moutarde	Steak haché de veau ● au jus	Penne ● semi-complète et emmental râpé ● Haricots verts ●	Edam ●	Coupelle de purée de pomme et abricot ●	Baguette Confiture de fraise ● Yaourt ● nature Banane ●	Chili con carne Riz Purée de pomme & banane

Du 18 au 22 novembre 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 18	Macédoine ● vinaigrette sans moutarde	Lieu noir ● Sauce cerfeuil ●	Légumes couscous ● Semoule ●	Pont l'Evêque ●	Orange ●	Baguette ● Chocolat noir (tablette) ● Fromage blanc ● Coupelle de purée de pomme et poire ●	Quiche aux champignons ● Petit-suisses nature ● Pomme ●
Mar. 19	Endives ● vinaigrette sans moutarde	Sauté de poulet ● Sauce forestière (champignon) ●	Riz ● Haricots verts ●	Petit-suisse nature ●	Coupelle de purée de pomme et abricot ●	Galettes pur beurre ● Yaourt ● nature ● Pomme ●	Penne épinards ● saumon ● Yaourt nature ● Poire ●
Mer. 20	Soupe Dubarry, chou fleur ● et pomme de terre ●	Dés de colin d'Alaska ● Sauce coco, citron vert ●	Coquillettes ● Petits pois mijotés ●	Emmental ●	Clémentine ●	Baguette et beurre ● Petit suisse nature ● Coupelle de purée de pomme et banane ●	Carottes râpées ● Filet de bœuf sauce champignon et écrasé de pommes de terre et panais / Banana bread au chocolat ●
Jeu. 21	Salade de blé ● et croquant de légumes vinaigrette sans moutarde	Rôti veau ● Sauce crème et champignon ●	Purée d'épinard (épinard et pomme de terre ● fraîche) ●	Fromage frais Chanteneige ●	Banane ●	Madeleine longue ● Yaourt ● nature ● Coupelle de purée de pomme ●	Soupe de butternut et lardons ● Tranche de pain complet et emmental ● Clémentine ●
Ven. 22	Céleri râpé ● vinaigrette sans moutarde	Sauté de porc* ● jus aux oignons ● Emincé de dinde ●	Blé ● Carottes ●	Fromage blanc ●	Kaki ●	Baguette ● Fromage au lait pasteurisé Carré ● Compote sans sucre ● aux quatre épices ●	Lentilles au potimarron ● Rôti de veau ● Yaourt nature ● Kiwi ●

Du 25 au 29 novembre 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 25	Salade de betterave ● vinaigrette sans moutarde	Dés de colin d'Alaska ● Sauce bretonne ●	Brocolis ● Pommes de terre vapeur ●	Coulommiers ●	Poire ●	Barre bretonne à partager ● Yaourt ● nature ● Coupelle de purée de pomme & pêche ●	Lasagnes végétariennes aux lentilles et aux légumes ● Mousse au chocolat ●
Mar. 26	Taboulé aux raisins secs, semoule ● vinaigrette sans moutarde	Sauté de bœuf ● Sauce au paprika et persil ●	Carottes ● Tortis tricolores ●	Gouda ●	Pomme ●	Baguette ● Miel ● Petit-suisse nature ● Coupelle de purée de pomme et abricot ●	Muffins au saumon ● Haricots verts persillés ● et boulgour ● Poire au sirop ●
Mer. 27	Choux bicolores ● vinaigrette sans moutarde	Emincé de dinde ● Sauce veloutée ●	Haricots verts ● Riz ●	Saint-Nectaire ●	Ananas ●	Pain d'épices ● Yaourt ● nature ● Purée de pomme ● parfumée fleur d'oranger ●	Soupe de potiron ● Croque-monsieur ● Fromage blanc nature ● Compote de pomme & banane ●
Jeu. 28	Soupe de poireau et pomme de terre ●	Dés de colin d'Alaska ● Sauce Aurore ●	Epinards ● hachés à la béchamel ● Blé ●	Petit-suisse nature ●	Clémentine ●	Baguette ● Edam ● Coupelle de purée de pomme et poire ●	Salade de betterave ● Parmentier de poulet, légumes et chèvre ● Purée de fruits ●
Ven. 29	Carottes râpées ● vinaigrette sans moutarde	Omelette ●	Semoule ● Légumes couscous ●	Fromage au lait pasteurisé Carré ●	Coupelle de purée de pomme & pêche ●	Madeleine longue ● Petit-suisse nature ● Banane ●	Soupe de brocolis & pomme de terre ● Jambon de dinde ● Raisin ●

Du 2 au 6 décembre 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 2	Salade de betterave ● vinaigrette sans moutarde	Sauté de poulet ● Sauce forestière [champignon]	Riz ● Carottes ●	Pont l'Evêque ●	Clémentine ●	Galettes pur beurre ● Petit-suisse nature ● Coupelle de purée de pomme & pêche ●	Macédoine ● Quiche au saumon, épinard & chèvre ● Kaki ●
Mar. 3	Endives ● vinaigrette sans moutarde	Dés de colin ● Sauce crème aux herbes ●	Purée de haricot vert (haricot vert et pomme de terre ● fraîche)	Yaourt ● nature	Coupelle de purée de pomme et abricot ●	Baguette ● Emmental ● Orange ●	Panais râpé ● Crumble de légumes et bifsteak haché ● Kiwi ●
Mer. 4	Soupe cultivateur ● [carotte, pdt, poireau, chou-fleur, céleri, haricot vert, petits pois]	Sauté de bœuf ● Sauce au paprika et persil ●	Brocolis ● Semoule ●	Pointe de brie ●	Banane ●	Madeleine longue ● Yaourt ● nature ● Purée de pomme fraîche ● parfumée à la vanille ●	Carottes râpées ● Lentilles corail et coquillettes ● Yaourt nature et confiture ●
Jeu. 5	Maïs ● vinaigrette sans moutarde	Emincé de dinde ● Sauce aigre-douce	Pommes de terre vapeur ● Bouquet de légumes [chou-fleur, brocoli et carotte]	Edam ●	Ananas ●	Baguette ● Chocolat noir [tablette] ● Petit-suisse nature ● Coupelle de purée de pomme et abricot ●	Soupe de butternut ● Tartine de pain semi-complet et jambon de dinde / Yaourt nature ● Purée de fruits ●
Ven. 6	Carottes râpées ● vinaigrette sans moutarde	Sauté de porc* ● Marengo ● Omelette ●	Epinards ● hachés à la béchamel ● Coquillettes ●	Fromage frais Chanteneige ●	Coupelle de purée de pomme et poire ●	Petits beurre ● Yaourt ● nature ● Pomme ●	Riz complet ● Poêlée de légumes façon mexicaine et haricot rouge ● Petits-suisse natures ● Purée de fruits ●

Du 9 au 13 décembre 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 9	Pomelo ●	Daube de bœuf ● à la provençale	Pommes de terre vapeur ● Carottes ●	Fromage au lait pasteurisé Carré ●	Coupelle de purée de pomme & pêche ●	Baguette et beurre ● Yaourt ● nature ● Poire ●	Pomelo ● Dos de colin ● Fondue de poireau et riz ● Pommes au four ●
Mar. 10	Taboulé aux raisins secs, semoule ● vinaigrette sans moutarde	Escalope de dinde ● façon mafé	Blé ● Haricots verts ●	Munster ●	Pomme ●	Corn flakes ● Lait de croissance ● Coupelle de purée de pomme et banane ●	Cabillaud à la crème de petit pois ● Riz ● Fromage blanc ● Poire ●
Mer. 11	Endives ● vinaigrette sans moutarde	Steak haché de veau ● au jus	Chou-fleur ● Boulgour ●	Fromage blanc ●	Coupelle de purée de pomme et abricot ●	Baguette ● Fromage frais Chanteneige ● Orange ●	Soupe de légumes ● Jambon blanc ● Riz au lait maison ●
Jeu. 12	Soupe de légumes variés ●	Omelette ●	Riz ● Ratatouille ●	Emmental ●	Banane ●	Barre bretonne à partager ● Yaourt ● nature ● Coupelle de purée de pomme & pêche ●	Velouté de potiron et pâtes alphabet ● Tranche de pain aux céréales et fromage à tartiner / Purée de fruits ●
Ven. 13	Chou blanc ● vinaigrette sans moutarde	Lieu noir ● Sauce champignon crémée ●	Farfalles ● Poêlée de légumes [courgette, carotte et pomme de terre]	Camembert ●	Clémentine ●	Baguette ● Confiture de fraise ● Fromage blanc ● Purée de pomme fraîche parfumée à la cannelle ●	Endives au jambon blanc et béchamel ● Purée de fruits ●

Du 16 au 20 décembre 2024

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 16	Salade de lentille ● vinaigrette sans moutarde	Emincé de dinde ● Sauce au curry	Légumes façon Maillot ● (petits pois, carotte, haricot vert) Riz ●	Gouda ●	Clémentine ●	Pain d'épices Petit-suisse nature ● Coupelle de purée de pomme et poire ●	Purée de patate douce et jambon de dinde Emmental Poire
Mar. 17	Endive ● et pomme ● vinaigrette sans moutarde	Dés de colin d'Alaska ● Sauce à l'estragon	Légumes couscous ● Semoule ●	Fromage frais fouetté Rondelé ●	Coupelle de purée de pomme et banane ●	Baguette Miel Yaourt ● nature Pomme ●	Soupe de carotte et pomme de terre Petits beurre et petit-suisse Kaki
Mer. 18	Soupe de betterave ● et pomme de terre ● picard ●	Sauté de bœuf ● sauce forestière (champignon)	Petits pois mijotés ● Torsades	Yaourt ● nature	Poire ●	Semoule au lait Coupelle de purée de pomme et abricot ●	Pâtes façon carbonara forestière Petits-suisse nature et crème de marron Clémentine
Jeu. 19	REPAS DE NOËL						
	Rillettes de poisson blanc et ciboulette & Endive ●	Aiguillettes de poulet Sauce végétale pomme & curry crémée	Pomme de terre Pom'pin Poêlée de légumes ●	Cantal ●	Cake potiron, chocolat & noisette	Petits beurre Yaourt ● nature Banane ●	Cabillaud à la crème de petit pois Coquillettes Yaourt nature Purée de fruits
Ven. 20	Carotte râpée ● vinaigrette sans moutarde	Lieu noir Sauce basquaise	Purée de brocoli ● (Pomme de terre fraîche) ●	Petit-suisse nature ●	Orange ●	Baguette Coulommiers ● Compote sans sucre aux quatre épices ●	Purée de potiron et pomme de terre Omelette Pomme

Du 23 au 27 décembre 2024 - Restaurant fermé

Du 30 au 31 décembre 2024 VACANCES SCOLAIRES

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 30	Endives ● vinaigrette sans mout	Sauté de poulet ● Sauce au paprika & persil	Chou-fleur ● Riz ●	Saint-Nectaire ●	Coupelle de purée de pomme et poire ●	Baguette et beurre Fromage blanc ● Poire ●	Soupe poireau et pomme de terre Fromage à tartiner Cake à la poire
Mar. 31	Salade de pates ● vinaigrette sans moutarde	Lieu noir Sauce au basilic	Carottes ● Pommes de terre persillées	Emmental ●	Pomme ●	Madeleine longue Yaourt ● nature Coupelle de purée de pomme & pêche ●	Galettes de pomme de terre et poireau Blanc de poulet Yaourt nature Gâteau au chocolat

*Plat à base de porc.
Plat de remplacement.

● Produit BIO



● Produit Label Rouge



Pêche durable



Produit local



Appellation d'Origine Protégée



Indication Géographique Protégée



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