

sOgeres

Menus

VINCENNES

Élémentaires & Maternelles

Novembre & Décembre 2025

ÉDITO

L'hiver s'installe doucement... C'est le retour des agrumes vitaminés, des choux réconfortants et des légumes qui mijotent dans les plats chauds. À cette occasion, les équipes du restaurant scolaire préparent de belles surprises à vos enfants !

En **novembre**, place à la **Journée de la Gentillesse**, puis, cap sur la **Semaine Européenne de la Réduction des Déchets** avec une animation ludique afin de sensibiliser les élèves à la protection de l'environnement.

En **décembre**, l'**Assiette Découverte** met à l'honneur la carotte, avant de clôturer l'année 2025 en beauté. Au programme : un **repas festif** et convivial autour d'un menu spécial !

Prolongez les animations du restaurant scolaire sur www.enroutepourlegout.fr. Connectez-vous avec vos enfants et retrouvez des **jeux** et des **recettes** à partager en famille.

Odile SÉGURET

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



Enroute

pourlegout.fr

Un site internet dédié
aux animations



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 3 au 7 novembre 2025

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 3		Poulet ● rôti au jus	Ratatouille ● Torsades	Bûche de chèvre ● Edam ●	Fruit ● au choix	Baguette Edam ● Purée de pomme ●	Salade de betterave Gratin de pâtes au jambon et courgette Yaourt nature Pomme
Mar. 4	Emincé de chou rouge ● Vinaigrette à la moutarde Endives ●	Colin d'Alaska pané au riz soufflé ●	Riz ● Brocolis ●	Yaourt ● nature		Baguette et beurre Yaourt aromatisé vanille ● Fruit ●	Carottes râpées Quiche aux légumes Semoule Fromage blanc Compote de pomme
Mer. 5	Soupe cultivateur ● (carotte, pdt, poireau, chou-fleur, céleri, HV, petits pois) et emmental râpé ●	Sauté de bœuf ● Sauce tomate et origan	Haricots verts ● persillés Blé		Fruit ● au choix	Baguette et barre de chocolat Fromage blanc nature ● Purée de pomme & pêche ●	Velouté de potimarron Filet de colin au four Riz et brocoli vapeur Fromage frais Poire
Jeu. 6	Salade verte ● fraîche Céleri ● rémoulade	MENU VÉGÉTARIEN				Gaufre nappée chocolat Yaourt aromatisé framboise ● Fruit ●	Salade de chou Omelette aux herbes, pommes de terre sautées et haricots verts Comté / Banane
Ven. 7	 	JOURNÉE DE LA GENTILLESSE				Barre bretonne Yaourt nature ● Purée de pomme & poire ●	Soupe de légumes verts Curry de pois chiche aux épinards et riz Petit-suisse Clémentine

Du 10 au 14 novembre 2025

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
	MENU VÉGÉTARIEN						
Lun. 10		Dahl de lentilles beluga ●, amande et riz ●		Saint-Nectaire ● Cantal ●	Fruit ● au choix	Pain au chocolat Lait demi-écrémé ● Purée de pomme & banane ●	Potage poireau-pomme de terre Gratin de chou-fleur et pâtes / Mimolette Compote poire
Mar. 11	FÉRIÉ - ARMISTICE 1918						
Mer. 12		Poulet ● Sauce aux fines herbes	Purée de patate douce et pomme de terre (pdt fraîche)	Coulommiers ● Fromage Carré ●	Fruit ● au choix	Baguette et confiture de fraise ● Yaourt nature ● Purée de pomme & abricot ●	Soupe de légumes Saumon au four, riz, courgette sautée Yaourt nature Mandarine
Jeu. 13	Emincé de chou blanc ● et vinaigrette moutarde Salade coleslaw [Carotte, chou blanc, oignon, mayonnaise]	Bolognaise de bœuf ●	Carotte ● Fusilli ●	Yaourt ● à la myrtille		Brioche tranchée Yaourt aromatisé citron ● Fruit ●	Œufs brouillés, purée de pomme de terre et petit pois Bûche de chèvre Orange
Ven. 14	Soupe de poireau et pomme de terre ● et emmental râpé ●	Merlu Sauce citron 	Bouquet de légumes ● (chou-fleur, brocoli et carotte) Blé		Fruit ● au choix	Baguette et beurre Yaourt aromatisé à la vanille ● Jus de pomme ●	Salade de carotte râpée Poulet rôti, purée de patate douce Fromage frais Kiwi

Du 17 au 21 novembre 2025

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
	MENU VÉGÉTARIEN						
Lun. 17		Omelette ●	Ratatouille ● Semoule	Pointe de brie ● Camembert ●	Fruit ● au choix	Baguette Fromage frais chanteneige Purée de pomme & pêche ●	Soupe de légumes Chili sin carne (haricot rouge, riz, maïs) Yaourt nature Compote pomme-coing
Mar. 18	Endives ● Vinaigrette balsamique Emincé de chou rouge ● Vinaigrette à la moutarde	Sauté de bœuf ● à la hongroise (paprika doux, crème)	Chou-fleur ● Boulgour	Yaourt ● nature		Baguette et barre de chocolat Fromage blanc nature ● Fruit ●	Salade de betterave Hachis parmentier (bœuf & pomme de terre) Emmental Compote de pomme
Mer. 19	Soupe montagnarde ● (ail, carotte, céleri, oignon, poireau, pdt, crème) et emmental râpé ●	Filet de limande ● Sauce crème à la tomate	 Coquillettes ● blé semi-complet Epinards en branches ● à la béchamel		Fruit ● au choix	Barre marbrée chocolat Yaourt nature ● Purée de pomme & poire ●	Carottes râpées Sauté de dinde Riz et courgette Yaourt aromatisé Poire
	MENU FRANCILIEN						
Jeu. 20		Sauté de porc* CTF au caramel <i>Emincé de dinde au caramel</i> ●	RIZ ● façon cantonnais Salade verte ● fraîche	Pont l'Evêque ● Bleu d'auvergne ●	Poire ● 	Moelleux citron Petit-suisse nature ● Purée de pomme & banane ●	Flan de légumes aux œufs Pommes de terre vapeur Fromage frais Raisin
Ven. 21	Panais ● rémoulade aux pommes Salade verte ● fraîche	Filet de colin d'Alaska Sauce citron	 Purée d'haricot vert, pommesde terre ● fraîche et emmental râpé ●		Purée de pomme fraîche ●	Baguette et beurre Yaourt aromatisé framboise ● Fruit ●	Salade verte Merlu pané Semoule et ratatouille Fromage blanc et crème de marron / Kaki

Du 24 au 28 novembre 2025

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 24		Sauté de bœuf 🟡 jus aux oignons	Boulgour Carotte 🟢	Saint-Nectaire 🟡 Munster 🟡	Fruit 🟢 au choix	Gâteau fourré cacao Fromage blanc nature 🟢 Purée de pomme & abricot 🟢	Velouté de courge butternut Lasagnes aux légumes Yaourt nature Clémentine
Mar. 25	MENU VÉGÉTARIEN 🌱					Baguette Emmental 🟢 Fruit 🟢	Salade d'endive Poulet rôti Purée de carotte Saint-Marcelin Kiwi
Mer. 26		Steak haché de veau 🟡 Sauce au paprika	Frites 🟢	Fromage Carré 🟢 Edam 🟢	Fruit 🟢 au choix	Baguette et beurre Yaourt aromatisé citron 🟢 Purée de pomme 🟢	Velouté de courgette Colin vapeur Pâtes et haricot vert Fromage frais Pomme au four
Jeu. 27	Soupe Saint-Germain (pois cassé et pomme de terre) et emmental râpé 🟢	Meunière colin d'Alaska frais 🐟	Haricots verts 🟢 Fusilli 🟢		Fruit 🟢 au choix	Pain au lait Lait demi-écrémé 🟢 Purée de pomme & pêche 🟢	Salade de chou Boulettes de bœuf Boulgour et courgette Petit-suisse Clémentine
Ven. 28	L'AMUSE-BOUCHE DU MOIS : LA TOMME CATALANE					Baguette et pâte à tartiner 🟢 Yaourt nature 🟢 Fruit 🟢	Omelette aux champi- gnons, pommes de terres rissolées, Salade verte / Fromage blanc Salade de fruits
	 Carottes râpées 🟢 Vinaigrette à la moutarde Endives 🟢	Poulet LBR Sauce aux olives	Semoule Légumes couscous 🟢		Gâteau aux pommes [farine 📍]		

Du 1^{er} au 5 décembre 2025

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR	
Lun. 1 ^{er}	MENU VÉGÉTARIEN						Baguette et beurre Yaourt aromatisé vanille Purée de pomme & poire	Carottes râpées Sauté de dinde, purée de courge Yaourt nature Pomme
Mar. 2	MENU FRANCILIEN						Baguette et confiture d'abricot Yaourt nature Fruit	Velouté de carotte et lentille corail Gratin de riz aux épinards et fromage Fromage blanc / Clémentine
Mer. 3	Soupe montagnarde (ail, carotte, céleri, oignon, poireau, pdt, crème) et emmental râpé et croûtons	Bolognaise de canard	Bouquet de légumes (chou-fleur, brocoli et carotte) Tortis tricolores		Fruit	Baguette Fromage frais Saint-Môret Purée de pomme & banane	Soupe de légumes Crozets au saumon, brocolis vapeur Petit-suisse Compote de poire	
Jeu. 4	Carottes râpées Vinaigrette à la moutarde Salade coleslaw (carotte, chou blanc, mayonnaise)	Sauté de bœuf Sauce au thym	Brocolis Semoule	Crème dessert au chocolat		Barre bretonne Yaourt aromatisé framboise Fruit	Salade coleslaw Steak de veau Semoule et haricot vert Gorgonzola Clémentine	
Ven. 5		Filet de cabillaud Sauce carotte a l'orange crémée	Frites	Yaourt nature	Fruit	Moelleux citron Fromage blanc nature Purée de pomme & abricot	Omelette aux fines herbes, pomme de terre sautée Salade de mâche Yaourt aromatisé / Kiwi	

Du 8 au 12 décembre 2025

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR	
Lun. 8	Soupe Dubarry, chou-fleur et pomme de terre	Daube de bœuf à la provençale	Purée de patate douce et pomme de terre (pdt fraîche)		Ile flottante et sa crème anglaise	Baguette et barre de chocolat Petit-suisse nature Fruit	Céleri rémoulade Merlu au four Purée de patate douce Fromage frais Pomme au four	
Mar. 9		Emincé de saumon Sauce citron	Fusilli Ratatouille	Saint-Nectaire Munster	Fruit au choix	Brioche tranchée Lait demi-écrémé Purée de pomme	Salade d'endive aux noix Œufs brouillés Riz aux légumes Petit-suisse Compote de pomme	
Mer. 10	Salade verte fraîche Endives et vinaigrette au miel	Poulet rôti au jus	Haricots verts Blé		Yaourt à la myrtille	Baguette et beurre Yaourt aromatisé citron Fruit	Velouté de potimarron Boulettes de viande sauce tomate Semoule, brocolis Comté / Poire	
Jeu. 11	Soupe de légumes variés et emmental râpé	Meunière colin d'Alaska frais et citron	Chou-fleur à la béchamel Riz		Purée de pomme fraîche parfumée à la vanille	Gâteau fourré à la fraise Fromage blanc nature Fruit	Salade verte Saumon grillé Pâtes et ratatouille Yaourt nature Kiwi	
Ven. 12	MENU VÉGÉTARIEN						Baguette Gouda Purée de pomme & pêche	Soupe de légumes Galettes de légumes et purée de pomme de terre Fromage blanc Clémentine

Du 15 au 19 décembre 2025

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 15	Salade verte ● Pomelo ●	Colin d'Alaska pané au riz soufflé et citron	Purée d'épinard ● (pdt fraîche)	Dessert lacté flan vanille nappé caramel ●		Baguette Fromage frais chanteneige ● Fruit ●	Carottes râpées Bœuf sauté Semoule et légumes couscous Fromage frais / Kiwi
Mar. 16	MENU VÉGÉTARIEN 					Baguette et beurre Yaourt aromatisé vanille ● Jus de pomme ●	Velouté de légumes Boulgour sauce tomate et boulettes végétales Emmental Compote de poire
Mer. 17	Soupe Crécy, carotte et pomme de terre et emmental râpé ●	Sauté de bœuf ● aux olives	Semoule Légumes couscous ●		Fruit ● au choix	Rocher coco Yaourt nature ● Fruit ●	Salade d'endive et pomme Filet de colin Purée d'épinard Yaourt nature Mandarine
Jeu.18	MENU DE FÊTES DE FIND'ANNÉE  					Pain au lait Yaourt aromatisé framboise ● Fruit ●	Salade de chou Omelette aux légumes, pommes de terre vapeur Faisselle et miel Pomme
Ven. 19	Panais ● rémoulade aux pommes Carottes râpées ● Vinaigrette à la moutarde	Omelette ● fraîche	Bouquet de légumes ● (chou-fleur, brocoli et carotte) Blé	Yaourt ● nature		Baguette et pâte à tartiner ● Fromage blanc nature ● Fruit ●	Salade de mâche Dinde rôtie / Pomme dauphine et haricots verts Bûche de chèvre Clémentine

Du 22 au 26 décembre 2025

VACANCES SCOLAIRES

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 22		Escalope de dinde ● Sauce crème aux champignons	Riz ● Brocolis ●	Bleu d'Auvergne ● Cantal ●	Fruit ● au choix	Barre marbrée chocolat Yaourt nature ● Purée de pomme & banane ●	Soupe de poireau Gratin de patate douce, pomme de terre et mozzarella Yaourt nature / Poire
Mar. 23	Carottes râpées ● Vinaigrette à la moutarde Salade coleslaw ● [carotte ●, chou blanc ●, mayonnaise]	Sauté de veau ● Sauce paprika-persil	Haricots verts ● Boulgour	Yaourt ● aromatisé vanille		Baguette Edam Fruit ●	Salade de betterave, pomme et noix Sauté de veau Boulgour et haricot vert Bleu d'Auvergne Clémentine
Mer. 24	MENU VÉGÉTARIEN 					Croissant Lait demi-écrémé ● Purée de pomme & abricot ●	Salade verte Merlu à la crème Riz et brocoli Petit-suisse Pomme cuite
Jeu. 25	FÉRIÉ - NOËL						
Ven. 26		Merlu Sauce basquaise 	Carottes ● à l'ail Penne ● (blé semi-complet)	Bûche de chèvre ● Coulommiers ●	Cake ● [Potiron, chocolat, noisette]	Baguette et beurre Yaourt aromatisé citron ● Fruit ●	Soupe de légumes Œuf à la coque et mouillettes, Frites et salade verte Yaourt nature / Kiwi

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	LAITAGE	DESSERT	GOÛTER	SUGGESTIONS DU SOIR
Lun. 29		Sauté de bœuf ● Sauce au caramel	Petits pois ● Purée de pomme de terre fraîche ●	Camembert ● Pointe de brie ●	Fruit ● au choix	Baguette Emmental ● Purée de pomme ●	Velouté de courgette et fromage frais Limande grillée Pâtes et ratatouille Fromage blanc Compote pomme-coing
Mar. 30		Filet de limande ● Sauce aux épices douces	Tortis tricolores ● Ratatouille ●	Pont l'Evêque ● Munster ●	Fruit ● au choix	Baguette et beurre Yaourt aromatisé vanille ● Purée de pomme & pêche ●	Salade de betterave et noix Sauté de bœuf Petits pois et pomme vapeur Mimolette / Pomme
Mer. 31	Salade verte ● fraîche Carottes râpées ● Vinaigrette à la moutarde	Œuf à la coque ● et ses mouillettes	Frites ●	Crème dessert ● à la vanille		Baguette et confiture de fraise ● Fromage blanc nature ● Fruit ●	Salade d'endive Saumon à la vapeur Penne et carotte à l'ail Semoule au lait

*Plat à base de porc.
Plat de remplacement.

● Produit BIO



● Produit Label Rouge



● Œuf de poule élevée en plein air



Pêche durable



Produit local



Appellation d'Origine Protégée



Indication Géographique Protégée



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

POUR CETTE NOUVELLE PÉRIODE, QUATRE TEMPS FORTS ATTENDENT LES ENFANTS

Le 7 novembre, la **Journée de la Gentillesse** s'invite dans les restaurants scolaires d'Ecouen. Une animation et une recette pleine de douceur à partager entre ami(es) est mise à l'honneur.

Mission anti-gaspi : à l'occasion de la **Semaine Européenne de la Réduction des Déchets**, le restaurant scolaire de votre enfant propose une animation ludique pour donner des couleurs à la terre afin de sensibiliser les élèves sur la réduction des déchets.

En **décembre**, une pause déjeuner met à l'honneur **la carotte**, lors de l'**Assiette Découverte**. Une animation ludique et gourmande pour éveiller les curiosités.

Pour clôturer l'année 2025, les enfants vont profiter d'un **repas de fête** autour d'un menu spécial avec une surprise en dessert.

Scannez ce QR Code pour accéder à la vidéo !

sOgeres

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