



**Cergy**  
**Menus du 01/03/2019 au 01/03/2019**



Menu de la semaine

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

**\*\*Vacances scolaires\*\***

Céleri rémoulade



Brandade

Salade verte  
vinaigrette moutarde



 Saint Nectaire aop


 Pain bio



Coupelle de compote de poires  
allégée en sucre

Baguette

Barre de chocolat

 Yaourt nature bio

Fruit

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

inspirations  
Sogeres

la cantine pas pareille



Agriculture  
Biologique



Appellation d'Origine  
Contrôlée



Appellation d'Origine  
Protégée



Charolais



Plat du chef



# Cergy

## Menus du 04/03/2019 au 08/03/2019



# Menu de la semaine

## Lundi

**\*\*Vacances scolaires\*\***

Pizza tomate et fromage

Emince de dinde forestière  
(champignons)

P/C Steak de seitan bio  
(blé et légumes)

Haricots verts  
au persil

Edam bio

Pain bio

Fruit

Baguette  
Nutella

Petit suisse nature bio  
Jus d'orange

## Mardi

**\*\*Vacances scolaires\*\* et **\*Mardi gras\*****

Potage paysan

Filet de hoki sauce champignons  
Ratatouille à la niçoise et riz

Carré frais bio

Pain bio

Beignet parfum chocolat

Viennoiserie

Yaourt à boire à la fraise  
Fruit

## Mercredi

**\*\*Vacances scolaires\*\***

Oeuf dur bio

Mayonnaise dosette

Boulettes de boeuf charolais  
provençale

P/C Boulettes de soja sauce  
aigre douce  
Spaghetti

Fromage blanc bio

Pain bio

Salade de fruits frais

Galette géante

Coupe de compote de pommes  
et vanille allégée en sucre

Lait agb

## Jeudi

**\*\*Vacances scolaires\*\***

Carottes râpées

Curry d'agneau aux pois chiches  
P/C Nuggets de pois chiches  
BIO Légumes couscous et  
semoule

Yaourt nature bio

Pain bio

Gâteau de maïs du chef

Baguette

Fromage fondu bio  
Fruit

## Vendredi

**\*\*Vacances scolaires\*\***

Salade croquante de pommes et  
oranges  
vinaigrette moutarde

Pavé de colin sauce bercy (persil,  
échalote)

Purée de pommes de terre du  
chef

Camembert bio

Pain bio

Mousse au chocolat au lait

Baguette

Confiture de fraises  
 Yaourt bio à la vanille  
Fruit

inspirations  
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



la cantine pas pareille



# Cergy

## Menus du 11/03/2019 au 15/03/2019



# Menu de la semaine

### Lundi

Emincé d'endives  
vinaigrette moutarde à l'ancienne

Pavé de hoki sauce potiron  
crémée  
Boulgour

 Pont l'Evêque aop

 Pain bio

 Yaourt bio à la myrtille

Baguette

Chocolat en poudre

 Fromage blanc bio

Fruit

### Mardi

Salade de betteraves rouges  
vinaigrette moutarde

Saucisse aux herbes\*  
S/P Saucisse de volaille  
façon chipolatas  
P/C Omelette

Lentilles locales mijotées

 Bûche de chèvre bio

 Pain bio

Fruit

Napolitain marbré chocolat

Coupelle de compote de pommes  
allégée en sucre

 Yaourt nature sucré bio

### Mercredi

Crêpe au fromage

Boeuf façon bourguignon  
(champignon, oignon, tomate,  
extrait de raisin rouge, persil)  
P/C Quenelle de brochet sauce  
tomate Carottes

 Yaourt bio brassé à la fraise

 Pain bio

Fruit

Baguette

Nutella

 Fromage blanc bio

Jus de pommes

### Jeudi

Pomelos et sucre  
Dosette de sucre


Cordon bleu  
P/C Pané moelleux au gouda  
Bouquet de légumes et pommes  
de terre

 Fromage fondu bio

 Pain bio

Coupelle de compote de pêches  
allégée en sucre

Baguette

 Carré frais bio

Fruit

### Vendredi

\*\*\*Animation: Les pas pareille\*\*


Salade de mâche et betteraves  
rouges  
vinaigrette moutarde

Poisson meunière frais  
et quartier de citron

Purée de céleri et pommes de  
terre

Yaourt nature local de Sigy

 Pain bio

 Brownie mexicain du chef (à  
base de haricots rouges)

Viennoiserie

Fruit

 Lait agb

inspirations  
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture  
Biologique



Appellation d'Origine  
Protégée



Plat du chef

la cantine pas pareille





# Cergy

## Menus du 18/03/2019 au 22/03/2019



# Menu de la semaine

### Lundi

Duo de coeurs de palmiers et maïs  
vinaigrette moutarde

Boeuf tomat'olive  
P/C Couscous boulettes  
au soja Semoule

Cantal aop  
 Pain bio

Fruit

Baguette  
Confiture de cerises  
 Petit suisse nature bio  
Jus d'orange

### Mardi

Chou chinois  
Vinaigrette au soja

Pavé de merlu sauce coco et  
citron vert  
Riz

Gouda bio  
 Pain bio

Cocktail de fruits

Baguette  
Nutella  
Fruit  
 Lait agb

### Mercredi

Salade de pomme de terre et  
mimolette

Poulet rôti  
P/C choufleurmentier  
Gratin de chou fleur

Pointe de brie bio  
 Pain bio

Fruit

Marimba  
Coupelle de compote de pommes  
et framboises allégée en sucre  
Yaourt à boire à la fraise

### Jeudi

**\*\*Repas végétarien\*\***

Carottes râpées locales  
vinaigrette moutarde

Steak de lentilles bio  
Purée de pommes de terre

Pain bio

Smoothie des Iles (pomme  
banane et jus de coco)  
Fruit

Viennoiserie  
 Yaourt bio à la vanille  
Fruit

### Vendredi

**\*\*\*A l'écoute de ma planète\*\*\***

Concombre en rondelles  
Vinaigrette au miel

Pain de poisson (colin) du chef  
Ratatouille niçoise et pâtes

Edam bio  
 Pain bio

Flan vanille de la fromagerie  
Maurice

Gâteau moelleux au citron  
Fruit  
 Lait agb

inspirations  
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture  
Biologique



Appellation d'Origine  
Protégée



Plat du chef

la cantine pas pareille



# Cergy

## Menus du 25/03/2019 au 29/03/2019



# Menu de la semaine

## Lundi

Salade coleslaw (Carotte, chou blanc, oignon, mayonnaise)

Bolognaise de boeuf charolais

*P/C Thon à la tomate et au basilic*

Penne rigate

Cantal aop

Pain bio

Ile flottante

Baguette

Barre de chocolat

Yaourt nature sucré bio

Fruit

## Mardi

**\*\*\*Amuse-bouche: Mix'lait pain d'épices\*\*\***

Taboulé

Escalope de dinde façon fermière

*P/C Omelette*

Epinards branches au gratin

Yaourt bio à la vanille

Pain bio

Pomme de producteur local

Miel pops

Coupelle de compote de pommes et cassis allégée en sucre

Lait agb

## Mercredi

**\*\*Repas végétarien\*\***

Macédoine mayonnaise

Tarte aux fromages

Salade verte vinaigrette moutarde

Coulommiers bio

Pain bio

Glace cône chocolat

Viennoiserie

Petit suisse nature bio

Fruit

## Jeudi

Pâté breton\* et cornichon

*P/C Crêpe au fromage*

*S/P Galantine de volaille*

Rôti de boeuf au jus

Ketchup

*P/C Boulettes de flageolets BIO*

Frites au four

Fromage blanc bio sucré différemment

Coupelle de confiture de fraises

Sucre dose CE

Miel coupelle

Baguette

Fromage fondu bio

Jus de pommes

## Vendredi

Salade iceberg vinaigrette à l'échalote

Poisson pané frais et quartier de citron

Coquillettes

Saint Nectaire aop

Pain bio

Coupelle de purée de pommes et pruneaux

Baguette

Confiture de prunes

Fruit

Lait agb

inspirations  
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

la cantine pas pareille



Agriculture  
Biologique



Appellation d'Origine  
Protégée



Charolais



# Cergy

## Menus du 01/04/2019 au 05/04/2019



# Menu de la semaine

### Lundi

Salade de pommes de terre océane (thon, tomate, olive)



Poulet rôti

P/C Pané moelleux au gouda

Haricots verts à la tomate

Carré frais bio

Pain bio



Fruit

Baguette

Confiture d'abricots

Fromage blanc bio

Coupe de compote de poires allégée en sucre

### Mardi

**\*\*Repas végétarien\*\* et \*\*Amuse-bouche: Yaourt au lait de chèvre vanille\***

Oeuf dur bio  
Mayonnaise dosette

Chili sin carne (haché végétal)

Riz

Petit suisse nature bio

Pain bio



Fruit

Viennoiserie

Yaourt au citron bio

Jus d'orange

### Mercredi

Salade fraîcheur de printemps (Salade verte, pomme, céleri, cerfeuil)

vinaigrette au basilic

Poisson en paprika de à la carotte (purée carotte, pdt et paprika)

Comté aoc

Pain bio

Purée de pommes locales à la vanille du chef

Baguette

Nutella

Yaourt à boire à la fraise

Fruit

### Jeudi

Concombre local en rondelles vinaigrette moutarde

Sauté de boeuf sauce au thym

P/C Steak de soja sauce tomate basilic

Gratin de chou fleur

Yaourt sur lit de fruits de la fromagerie Maurice

Pain bio

Eclair parfum chocolat

Baguette

Fromage fondu bio

Fruit

### Vendredi

Carottes râpées

Thon à la tomate et au basilic

Penne rigate

Pont l'Evêque aop

Pain bio

Yaourt bio à la myrtille

Gâteau fourré au chocolat

Fruit

Lait agb

inspirations  
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture Biologique



Appellation d'Origine Contrôlée



Appellation d'Origine Protégée



Plat du chef

la cantine pas pareille





# Cergy

## Menus du 08/04/2019 au 12/04/2019





# Menu de la semaine

### Lundi

Salade de courgettes, tomate et ciboulette  
vinaigrette moutarde

Quenelle de brochet sauce crevette  
Riz

 Saint Paulin bio  
 Pain bio


Mousse au chocolat au lait



---

Baguette  
Confiture de fraises  
Fruit  
Briquette de lait chocolaté

### Mardi


Salade de betteraves rouges vinaigrette moutarde

Emincé porc à la dijonnaise\* (moutarde)  
S/P Emincé de dinde sauce moutarde  
 P/C Parmentier végétal  
Purée de pommes de terre du chef

 Tomme de pays bio  
 Pain bio

Pomme de producteur local



---

Muffin tout chocolat  
 Petit suisse nature bio  
Jus de pommes

### Mercredi


Tarte au fromage

Sauté de boeuf sauce piquante  
P/C Risotto d'épeautre BIO, pois cassés, champignons et noisette  
Légumes façon Maillot (petit pois, carotte, haricot vert)

 Yaourt nature sucré bio  
 Pain bio

Salade fruits frais

---


Viennoiserie  
Coupelle de compote de pommes et vanille allégée en sucre  
 Lait agb

### Jeudi

**\*\*\*Mission anti-gaspi\*\*\***


Carottes râpées  
Vinaigrette au curry

Cheeseburger  
P/C Fish burger  
Potatoes

Fromage frais sur coulis de fruits  
 Pain bio

Crêpe nature sucrée  
Chantilly  
Vermicelles au chocolat

---



Baguette  
Gelée de groseille  
 Yaourt nature bio  
Fruit

### Vendredi

**\*\*Dessert de printemps\*\***

Salade verte aux croûtons  
vinaigrette moutarde

Pavé de hoki sauce champignons  
Epinards branches au gratin

 Gouda bio  
 Pain bio

Gateau type financier choco, poire & amandes  
Lapin au chocolat

---

Baguette  
Barre de chocolat  
Yaourt à boire à la fraise  
Fruit

inspirations  
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

la cantine pas pareille





# Cergy

## Menus du 15/04/2019 au 19/04/2019



# Menu de la semaine

### Lundi

### Mardi

### Mercredi

### Jeudi

### Vendredi

Duo de coeurs de palmiers et maïs  
vinaigrette moutarde

Sauté de boeuf à la hongroise  
P/C Galette de tofu, chèvre et tomate BIO

Ratatouille et semoule

Saint Nectaire aop  
 Pain bio

Fruit

Gaufre poudrée  
Coupelle de compote de poires allégée en sucre  
 Lait agb

Concombre tsaziki

Poisson meunière frais et quartier de citron  
Courgettes à la provençale

Comté aoc  
 Pain bio

Liégeois chocolat

Baguette  
Confiture d'abricots  
 Yaourt nature bio  
Fruit

Salade de penne au thon et pesto rouge

Poulet rôti

P/C Parmentier courge butternut bio (haché végétal) du chef  
Petits pois mijotés

Fromage blanc bio sucré différemment  
Chocolat en poudre  
Coupelle de confiture de cerise  
Dosette de sucre

Pain bio

Baguette  
Nutella

Petit suisse nature bio  
Briquette de jus multifruits

**\*\*\*Animation: Les pas pareille\*\***

Chou blanc et noix  
vinaigrette à la provençale

Echine jus aux oignons\*  
S/P Roti dinde CTF jus aux oignons  
P/C Nem de légumes Carottes à la crème

Pointe de brie bio

Pain bio

Crumble pomme poire cacao

Baguette  
 Carré frais bio  
Fruit

**\*\*Repas végétarien\*\***

Carottes rémoulade aux pommes et raisins secs

Sorrisi ricotta aux épinards

Yaourt brassé à la vanille de la fromagerie Maurice  
 Pain bio

Coupelle de compote de pommes et framboises allégée en sucre

Viennoiserie  
Fruit  
 Lait agb

inspirations  
Sogeres

la cantine pas pareille

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy







# Cergy

## Menus du 22/04/2019 au 26/04/2019



# Menu de la semaine

### Lundi

### Mardi

### Mercredi

### Jeudi

### Vendredi

**\*\*Vacances scolaires\*\***

Macédoine



Oeuf à la coque (plein air) et ses mouillettes

Frites au four



Yaourt nature bio

Pain bio



Fruit

Muffin vanille pépites de chocolat  
Coupelle de compote de pommes et framboises allégée en sucre

Lait agb

**\*\*Vacances scolaires\*\***

Friand au fromage



Blanquette dinde

P/C *Steak de lentilles BIO* Carottes fraîches

Coulommiers bio

Pain bio



Glace petit pot vanille et fraise

Baguette  
Barre de chocolat au lait  
 Yaourt bio à la myrtille  
Fruit

**\*\*Vacances scolaires\*\***

Saucisson à l'ail\* et cornichon P/C  
Crêpe au fromage  
S/P *Galantine de volaille*

Rôti de veau lbr sauce forestière (champignons)

P/C *Pommes de terre bio au haché végétal*

Ratatouille à la niçoise et blé



Yaourt nature bio

Pain bio



Viennoiserie  
 Fromage blanc bio  
Jus d'orange

**\*\*Vacances scolaires\*\***

Salade de pousses de soja et carottes  
Vinaigrette d'agrumes au romarin



Pavé de colin sauce bretonne (crème, champignons et poireaux)

Macaroni



Carré frais bio

Pain bio



Tarte noix de coco et framboise

Baguette

Confiture de prunes  
Yaourt à boire à la fraise  
Fruit

inspirations  
Sogeres

la cantine pas pareille

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy



Agriculture  
Biologique



Label Rouge



Cergy  
Menus du 29/04/2019 au 03/05/2019



Menu de la semaine

Lundi

**\*\*Vacances scolaires\*\***

Salade verte  
vinaigrette moutarde



Hot Dog volaille  
P/C Pané moelleux au  
gouda  
Potatoes

Fromage blanc bio

Pain bio



Salade de fruits

Baguette  
Nutella  
Fruit

Lait agb

Mardi

**\*\*Vacances scolaires\*\***

Concombre en rondelles  
vinaigrette moutarde



Filet de saumon au citron persillé  
Courgettes/riz



Saint Paulin bio

Pain bio



Crème dessert à la vanille

Gâteau fourré au chocolat  
 Yaourt nature sucré bio  
Fruit

Mercredi

Jeudi

Vendredi

inspirations  
Sogeres

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy

la cantine pas pareille

