




Cergy
Menus du 02/10/2023 au 06/10/2023

MENU

de la semaine

LUNDI



 Marmite de colin pmd mode honfleur (fruits de mer et sauce crème)
Riz
 Courgettes bio
Saint Nectaire aop
 Pain bio
Assiette de fruits frais

Pain au chocolat
Yaourt aromatisé
Jus de pommes

MARDI

** Menu végétarien **

Concombre en rondelles et vinaigrette moutarde
Couscous de légumes, fèves et semoule
Pain bio
Dessert lacté gélifié saveur vanille

Baguette
 Fromage fondu vache qui rit bio
 Fruit bio

MERCREDI

Salade verte et croûtons et vinaigrette à la ciboulette
Jambon blanc*
Nuggets de poisson PMD
Purée de pommes de terre
Yaourt bio brassé à la banane
Pain bio

Baguette et beurre
Miel
Fruit
Lait bio
Chocolat en poudre

JEUDI

Céleri rémoulade et dés de gouda bio
Sauté de boeuf charolais marengo (persil, pulpe de tomate, champignon)
Galette boulgour pois chiches emmental
Carottes fraîches cpne
Pain bio
Gâteau de maïs cpne (farine de blé locale)

Barre pâtissière à partager
Petit fromage blanc aux fruits
Fruit bio

VENDREDI

Thon à la tomate et au basilic cpne
Macaroni et emmental râpé
COULOMMIERS AGB
Pain bio
Assiette de fruits frais

Baguette
Chocolat noir (tablette)
Fromage blanc nature
Jus d'ananas

* : plat  contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy PC petit complet

sOgeres



Appellation d'Origine Protégée



Cuisiné par nos équipes



Issu de l'agriculture biologique



Produit de la mer durable

Cergy
Menus du 09/10/2023 au 13/10/2023

MENU

de la semaine

LUNDI

**** C'est la fête : AUSTRALIE ****

Mâche et betteraves
Noix de cajou
et vinaigrette moutarde

Sauté de dinde sauce
cheese'mental
Sauce aux trois fromages
(mozzarella, bleu, fromage italien)
CPNE

Penne rigate
et emmental râpé

 Pain bio

Assiette de fruits frais



Baguette
Confiture d'abricots
Fromage blanc nature
Jus d'orange


MARDI

**** C'est la fête : ARGENTINE ****

Salade iceberg vinaigrette
chimichurri

Sauté de boeuf charolais
Pané à l'emmental

 Sauce barbecue cpne
 Haricots rouges maïs et
butternut cpne

 Yaourt bio nature
Confiture de lait

 Pain bio

Baguette viennoise
Chocolat au lait (tablette)


 Fruit bio

 Lait bio

MERCREDI

**** C'est la fête : COTE D'IVOIRE ****

Poulet sauce Kedjenou (tomate
aubergine oignon gingembre)

 Sauce ratatouille bio et pois
cassés bio
Boulgour

 Fromage blanc bio

 Pain bio

Banane

 sauce au chocolat lait cpne


Baguette

Fromage frais Petit Cotentin
Coupelle de purée de pommes et
fraises

JEUDI

**** C'est la fête : JAPON - Menu
Végétarien ****

Radis noir râpé
et vinaigrette moutarde

 Riz sauce teriyaki et oeuf dur
cpne

 Smoothie ananas passion cpne

 Pain bio


Gâteau fourré à l'abricot


 Fruit bio

 Lait bio

VENDREDI

**** C'est la fête : FRANCE ****

Salade de tomates
et vinaigrette moutarde
 et dés de cantal aop

 Meunière colin pmd d'Alaska
frais

Purée de pommes de terre

 Pain bio

Barre pâtissière à partager
Crème de marron

Baguette

Confiture de fraises

Fruit
 Yaourt bio nature

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy PC petit complet

sOgeres



Appellation d'Origine
Protégée



Cuisiné par nos
équipes



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable

Cergy
Menus du 16/10/2023 au 20/10/2023


MENU

de la semaine

LUNDI

chou rouge vinaigrette miel
moutarde à l'ancienne

Saucisse chipolatas*

 Colin d'Alaska pmd pané au riz
soufflé

Pommes de terre quartier avec
peau

 Pain bio

Mousse au chocolat au lait


Baguette


Gelée de coing


Fruit

 Lait bio

MARDI

 Médaillon de merlu pmd sauce
crème
Semoule


 Epinards branches bio à la
béchamel

 Fromage fondu vache qui rit bio

 Pain bio

Assiette de fruits frais

Baguette

 Pâte à tartiner bio

Petit fromage blanc aux fruits

Jus multifruit

MERCREDI

*** Menu PAT - Visible sur
SoHappy une semaine avant
consommation ***

Samoussa de légumes

 Pain bio

Brownie


Fromage blanc nature

Fruit

JEUDI

** Les Pas Pareilles - Menu
Végétarien **

Céleri rémoulade

 Penne sauce au chou-fleur
oeuf cantal et brisure de chou-fleur
cpne


et emmental râpé

 Petit suisse nature bio

 Pain bio


Baguette

Chocolat au lait (tablette)


 Yaourt bio nature

Fruit

VENDREDI

Filet de dinde façon jambon
 Pavé de colin d'Alaska pmd
sauce normande (champignons,
crème fraîche)

Purée de potiron et pommes de
terre

 Yaourt bio nature
Miel

et dosette de sucre blanc

 Pain bio

Assiette de fruits frais

Croissant

Coupelle de purée de pommes

 Lait bio

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy PC petit complet

sOgeres



Cuisiné par nos
équipes



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable

Cergy
Menus du 23/10/2023 au 27/10/2023

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Vacances *** Menu végétarien ***

Pané moelleux au gouda
Spaghetti
Jardinière de légumes (carotte, p.pois, h.vert, navet)

 Petit suisse nature bio

 Pain bio

Assiette de fruits frais


Baguette
et beurre
Miel

Coupelle de purée de pommes et fraises

 Lait bio

MARDI

*** Vacances ***

Colombo de porc*
 Médaillon de merlu pmd sauce au curry

Riz
 Carottes bio

 Saint Nectaire aop

 Pain bio

Assiette de fruits frais

Gaufre poudrée
Petit fromage blanc aux fruits
Jus d'orange

MERCREDI



*** Menu PAT - Visible sur SoHappy une semaine avant consommation ***

 Pain bio

Pain au chocolat
Yaourt aromatisé
Fruit

JEUDI

*** Vacances ***

 Potage poireaux pommes de terre bio
 et emmental râpé bio

Sauté de boeuf charolais sauce poivrade (oignon, carotte, vinaigre, herbes)

Pané de blé, graine, emmental, épinards

Haricots verts

 Pain bio


Assiette de fruits frais


Baguette
Chocolat noir (tablette)
Fromage blanc nature
Jus de pommes

VENDREDI


*** Vacances ***


Carottes râpées vinaigrette au basilic

 et dés de gouda bio

 Filet de colin d'Alaska pmd pané frais
Chou fleur

 Pain bio

 Cake au chocolat cpne (farine LCL)

Baguette
Confiture d'abricots
 Fruit bio

 Lait bio

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur SoHappy

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy PC petit complet

sOgeres



Appellation d'Origine Protégée



Cuisiné par nos équipes



Issu de l'agriculture biologique



Produit de la mer durable

Cergy
Menus du 30/10/2023 au 03/11/2023

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Vacances ***

Cordon bleu de volaille
Beignet stick mozzarella
Penne rigate
et emmental râpé

 Brocolis bio

 Pont l'évêque aop

 Pain bio


Assiette de fruits frais

MARDI

*** Vacances *** Menu
végétarien *** Menu PAT - Visible
sur SoHappy une semaine avant
consommation ***

 Pain bio

Baguette

 Fromage frais fouetté bio
Fruit

MERCREDI

JEUDI


VENDREDI

Brioche aux pépites de chocolat
Petit fromage frais nature
Jus de pommes

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Les indications d'allergènes sont disponibles sur So Happy PC petit complet

sOgeres

 Appellation d'Origine
Protégée  Issu de l'agriculture
biologique