

Menus

MONTCHANIN

MAI
JUIN
2017

Sogeres
RESTAURATEUR

Bonjour à tous,

Dernière ligne droite avant les vacances ! Pour finir l'année en beauté, vos enfants ont besoin d'une alimentation variée, équilibrée et adaptée à leurs besoins. Les repas pris sur leur restaurant scolaire le midi leur apportent tout cela et leur offrent en plus, un moment de détente propice à l'évasion.






À la cantine, le programme d'animation célèbre l'arrivée de l'été avec « La fête des fruits et légumes frais » en partenariat avec Interfel, l'interprofession des fruits et légumes.

Au programme, des menus colorés et vitaminés, des kits d'ambiance pour décorer la cantine et des buffets de fruits et légumes de saison pour venir se régaler.



Le tour du Monde en 10 recettes s'achève avec la découverte de 2 nouvelles recettes « Pas pareilles » : le Bobotie venu d'Afrique du Sud et le cake courgette et feta qui sent bon l'été.

Bon appétit !


Du 2 au 5 mai 2017

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT	GOÛTER
Mar. 2	Salade de cocos à la moutarde à l'ancienne	Daube de bœuf à la provençale 	Ratatouille	Fromage blanc nature et sucre	Fruit	Jus d'orange Pain Fromy
Mer. 3	Concombre en cubes, vinaigrette Xérés	Tomate farcie de volaille	Riz	Carré de Liqueil	Crème dessert vanille	Jus de pomme Yaourt nature / sucre Madeleine
Jeu. 4	Salade verte 	Omelette aux oignons frits 	Pommes rissolées	Vache qui rit 	Fruit	Lait demi-écrémé Riz soufflé au chocolat Purée de pommes
Ven. 5	Rémoulade de carottes râpées 	Filet de poisson pané frais et citron	Épinards béchamel	Petit-suisse sucré	Gâteau au yaourt	Jus multifruits Pain Pâte à tartiner au chocolat

Du 9 au 12 mai 2017

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT	GOÛTER
Mar. 9	Salade de betteraves cuites	Pavé de merlu MSC au citron persillé	Blé	P'tit Cabray pur chèvre	Fruit	Jus de pomme Pain Chocolat au lait
Mer. 10	Salade de pâtes à la grecque	Sauté de veau sauce champignons crémée 	Gratin de chou-fleur	Yaourt aromatisé	Fruit	Lait demi-écrémé Purée pomme / ananas Étoile fourrée framboise
Jeu. 11	Radis roses et beurre demi-sel	Poulet sauce épicée 	Carottes Vichy	Camembert	Choux à la crème vanillée	Jus d'orange Pain Confiture
Ven. 12	<i>Amuse-bouche</i> : fondant de cassis Salade verte vinaigrette huile d'olive & citron 	Quenelles nature sauce Aurore 	Riz	Cantafras	Flan au chocolat	Jus multifruits Petit-suisse nature sucré Gaufre poudrée

Du 15 au 19 mai 2017

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT	GOÛTER
Lun. 15	Carottes râpées à l'orange 	Bœuf Bourguignon 	Purée de pommes de terre	Fromage blanc nature	Muesli croustillant chocolat noisette	Jus de pomme Pain Carré frais
Mar. 16	Taboulé gourmand	Pavé de colin sauce niçoise	Haricots verts	Brie	Fruit	Jus multifruits Yaourt aromatisé Chocos
Mer. 17	Céleri rave, courgette, tomate et maïs	Rôti de dinde à la dijonnaise	Petits pois mijotés	Bûchette	Beignet sucré Doughnut	Jus d'orange Pain d'épice Purée de pommes
Jeu. 18	Œuf dur sauce Chapeau Melon	Haché de poulet sauce poivronnade	Gratin de courgettes	Montboissié (moût de raisin) 	Fruit	Jus de raisin Pain Pâte à tartiner au chocolat
Ven. 19	Concombre en rondelles sauce yaourt	BOBOTIE d'Afrique du Sud au bœuf charolais et coulis de tomate et riz		Rondelé fleur de sel	Compote allégée pomme / pêche	Lait demi-écrémé Pétales de maïs sucrés Fruit

Taboulé gourmand : semoule, blé et amandes - **Sauce niçoise** : tomate, olive, basilic, câpres - **Sauce dijonnaise** : moutarde - **Sauce Chapeau Melon** : tomate et épices - **Bobotie au bœuf** : pain de viande aux épices.

Du 22 au 26 mai 2017

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT	GOÛTER
Lun. 22	Cervelas* et cornichon	Filet de hoki MSC sauce américaine	Brocolis béchamel	Emmental	Fruit	Lait demi-écrémé Brioche Chocolat au lait
Mar. 23	Salade de tomates, vinaigrette balsamique	Jambon blanc supérieur*	Fusillis	Yaourt nature et sucre	Crêpe roulée au chocolat	Jus multifruits Brownie Purée de maïs / pruneau
Mer. 24	Pizza gratinée au fromage	Rôti de bœuf, jus aux oignons 	Haricots beurre	Chanteneige	Fruit	Jus de pomme Pain Confiture

Du 29 mai au 2 juin 2017

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT	GOÛTER
Lun. 29	Friand au fromage	Courmentier de bœuf charolais		Tomme blanche	Flan au caramel Bernard	Lait demi-écrémé Pétales de blé au chocolat Fruit
JOURNÉE DU DÉVELOPPEMENT DURABLE						
Mar. 30	Salade verte, vinaigrette à l'échalote	Tortellonis aux quatre fromages sauce tomate à la coriandre		Yaourt au lait entier parfum vanille		Jus d'orange Pain Fol épi
Mer. 31	Radis roses et beurre demi-sel	Pavé de merlu MSC sauce Bercy	Riz ●	Fromage des Pyrénées	Liégeois au chocolat	Jus de raisin Fromage blanc / sucre Gâteau fourré fraise
Jeu. 1	Salade de lentilles sauce ciboulette	Omelette au fromage	Carottes ● à la crème d'ail	Petit Moulé ail & fines herbes	Compote allégée de pommes saveur biscuitée	Jus multifruits Pain Pâte à tartiner au chocolat
Ven. 2	Macédoine mayonnaise	Saucisse de Strasbourg*	Purée à la graine de moutarde	Petit-suisse aromatisé	Banane ● sauce chocolat	Jus de pomme Purée pomme / coing Gaufrettes noisettes

Sauce Bercy : persil, échalote.

Du 6 au 9 juin 2017

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT	GOÛTER
Mar. 6	Salade de betteraves ● cuites	Pavé de merlu MSC sauce mandarine	Riz ●	Yaourt aromatisé ●	Fruit ●	Jus d'orange Pain au lait Chocolat au lait
Mer. 7	Salade Coleslaw	Gardiane de bœuf	Haricots verts ●	Fromage blanc et sucre	Éclair au chocolat	Lait demi-écrémé Riz soufflé au chocolat Purée de pommes
Jeu. 8	Salade verte	Steak haché de bœuf charolais au jus	Frites au four et dosette de ketchup	P'tit Louis tartines	Flan vanille nappé au caramel	Jus de pommes Pain Confiture
Ven. 9	Salade de penne ● au pesto rouge	Rôti de dinde au jus	Épinards ● béchamel	Camembert	Fruit	Jus multifruits Petit-suisse aromatisé Gâteau fourré chocolat

Salade Coleslaw : carottes et chou blanc.

Du 12 au 16 juin 2017

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT	GOÛTER
Lun. 12	Gaspacho de tomates	Sauté de bœuf sauce poivrée	Purée de pommes de terre	Tomme grise	Fruit ●	Lait demi-écrémé Pain Pâte à tartiner au chocolat
Mar. 13	Concombre en cubes, vinaigrette au miel	Filet de hoki MSC sauce fines herbes	Torsades ●	Fraidou	Smoothie des Îles	Jus d'orange Yaourt aromatisé Cookies x 2
Mer. 14	Melon	Couscous aux merguez	Semoule ●	Fourme d'Ambert AOP	Crème dessert au caramel	Jus de pomme Rocher coco Fruit
Jeu. 15	Mousse de foie* et cornichon	Omelette	Haricots verts ●	Saint-Paulin	Flan au chocolat Bernard	Jus de raisin Fruit Quatre-quarts au beurre
LES CHEFS VOYAGENT : LA GRÈCE						
Ven. 16	CAKE COURGETTE ET FETA de Grèce	Poisson frais meunière et citron	Carottes ● retour des Indes	Petit blanc au lait entier et sucre	Fruit	Jus multifruits Pain Délice de Camembert

Sauce fines herbes : oignon, ciboulette, persil.

Du 19 au 23 juin 2017

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT	GOÛTER
FÊTE DES FRUITS ET LÉGUMES FRAIS						
Lun. 19	Courslaw (carottes et courgettes) aux oignons frits	Tomate farcie	Riz ●	Brie du Vilet	Fruit d'été	Brioche Chocolat au lait Purée pomme / fraise
Mar. 20	Salade de tomates, vinaigrette au basilic	Jambon blanc supérieur*	Lentilles ail & sarriette	Fromage blanc ● nature, coulis de fruits rouges	Sablés de Retz	Lait demi-écrémé Pétales de maïs sucrées Fruit
Mer. 21	Tsatziki et gressini	Rôti de bœuf au jus tomate	Crumble de courgettes au fromage et herbes de Provence	Délice au chèvre	Pastèque	Jus multifruits Yaourt nature / sucre Étoile marbrée
Jeu. 22	Rillettes de thon et ciboulette	Cuisse de poulet sauce façon kebab	Ratatouille	Cantal Jeune AOP	Fruit d'été	Jus d'orange Purée de pommes Gaufre nappée chocolat
Ven. 23	Melon charentais	Colin MSC pané au riz soufflé et citron	Gratin de chou-fleur à la muscade	Petit-suisse sucré	Abricotier	Jus de pomme Pain Confiture

Du 26 juin au 30 juin 2017

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT	GOÛTER
Lun. 26	Salade de pommes de terre façon ravigote	Bœuf mode	Carottes ● persillées	Tomme blanche	Mousse au chocolat au lait	Jus multifruits Fromage blanc / sucre Pailloines
REPAS SECOURS						
Mar. 27	Amuse-bouche : soupe de melon au basilic Macédoine de légumes	Raviolis de volaille à l'italienne		Emmental râpé	Pastèque	Jus de pomme Yaourt aromatisé Gaufrettes chocolat
Mer. 28	Salade de torsades ● au pistou	Pizza cheddar et mozzarella	Salade verte	Yaourt nature au lait entier et sucre	Fruit ●	Jus d'orange Pain Kiri
REPAS SECOURS						
Jeu. 29	Salade de tomates, vinaigrette aux oignons rouges	Dés de filet de poisson MSC sauce créole	Riz ●	Petit Moulé nature	Compote allégée de pommes	Petit-suisse nature sucré Étoile fourrée abricot
Ven. 30	Crêpe au fromage	Rôti de porc froid* et moutarde	Purée de courgettes	Chanteneige	Île flottante	GOÛTER SECOURS Jus de fruits Purée de pomme Palmiers

Façon ravigote : câpres, estragon, persil, cerfeuil.

Du 3 au 7 juillet 2017

	HORS D'ŒUVRE	PLAT PRINCIPAL	GARNITURE	FROMAGE	DESSERT	GOÛTER
Lun. 3	Taboulé à la semoule ●	Sauté de bœuf sauce origan & tomate	Jardinière de légumes	Bleu d'Auvergne AOP	Fruit ●	Jus multifruits Pain Confiture
Mar. 4	Œuf dur sauce aneth au curry	Cordon bleu de volaille	Épinards ● béchamel	Vache qui rit	Flan au chocolat	Jus d'orange Yaourt nature / sucre Petits beurres
Mer. 5	Flan de tomates, chèvre et origan	Filet de lieu sauce végétale au cerfeuil	Coquillettes ●	Coulommiers	Liégeois parfum vanille	Fromage blanc / sucre Fruit Moelleux au chocolat
Jeu. 6	Salade verte, vinaigrette provençale	Omelette à la tomate	Potatoes Wedge	Cantafrais	Fruit ●	Lait demi-écrémé Pétales de blé au chocolat Purée pomme / fraise
VIVE LES VACANCES						
Ven. 7	Melon jaune	Wrap thon crudités		Petit-suisse aromatisé	Muffin vanille aux pépites de chocolat	Jus de pomme Pain Saint-Môret

* Un plat de remplacement sera proposé.
AOP : Appellation d'Origine Protégée.
MSC : Produits de la mer pêchés durablement.

● Produit BIO

Produit BIO et local

● Plat végétarien

● Recette à base de produits locaux

Sogeres
RESTAURATEUR

30, cours de l'Île Seguin - 92777 Boulogne Billancourt Cedex
Internet : www.sogeres.fr - E-mail : contact@sogeres.fr