



# AU MENU CETTE SEMAINE

## du lundi 02 mars au dimanche 08 mars 2026

sOgeres  
seniors

Hiver ❄️

| <b>lundi 2 mars</b><br><b>Déjeuner</b> ☀️ | <b>mardi 3 mars</b><br><b>Déjeuner</b> ☀️ | <b>mercredi 4</b><br><b>Déjeuner</b> ☀️            | <b>jeudi 5 mars</b><br><b>Déjeuner</b> ☀️    | <b>vendredi 6</b><br><b>Déjeuner</b> ☀️ | <b>samedi 7 mars</b><br><b>Déjeuner</b> ☀️ | <b>dimanche 8</b><br><b>Déjeuner</b> ☀️ |
|-------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------|
| Betteraves vinaigrette                    | Salade batavia au bleu à la vinaigrette   | Fromage de tête et vinaigrette à l'échalote        | Chou blanc au raisins secs                   | Carottes râpées au persil               | Céleri rave sauce rémoulade                | Cake au thon et ciboulette              |
| ...                                       | ...                                       | ...                                                | ...                                          | ...                                     | ...                                        | ...                                     |
| Petits salé aux lentilles                 | Aiguillettes de poulet et son jus         | Haché au veau sauce chasseur                       | Hachis parmentier                            | Filet de colin d'alaska meunière        | Tajine de dinde VF aux légumes             | Rôti de porc                            |
|                                           | Frites                                    | Riz                                                | Salade feuille de chêne                      | Blé                                     | Semoule                                    | Haricots lingots                        |
|                                           | Haricots verts à l'ail                    | Carottes glacées                                   |                                              | Brunoise de légumes                     |                                            | Chou braisé                             |
| ...                                       | ...                                       | ...                                                | ...                                          | ...                                     | ...                                        | ...                                     |
| Fromage ou laitage                        | Fromage ou laitage                        | Fromage ou laitage                                 | Fromage ou laitage                           | Fromage ou laitage                      | Fromage ou laitage                         | Fromage ou laitage                      |
| Pot de crème aux marrons                  | Gâteau au yaourt aux pommes               | Flognarde aux poires parfumée à la fleur d'oranger | Pomme rôtie au four                          | Crème renversée à la noix de coco       | Salade de fruits                           | Tarte au citron                         |
| <b>Goûters</b>                            | <b>Goûters</b>                            | <b>Goûters</b>                                     | <b>Goûters</b>                               | <b>Goûters</b>                          | <b>Goûters</b>                             | <b>Goûters</b>                          |
| Pain perdu                                | Biscuits sablé de retz                    | Beignet fourré à la framboise dcg                  | Madeleines                                   | Barre bretonne                          | Cookie aux pépites de chocolat             | Moelleux praliné                        |
| <b>Dîner</b> 🌙                            | <b>Dîner</b> 🌙                            | <b>Dîner</b> 🌙                                     | <b>Dîner</b> 🌙                               | <b>Dîner</b> 🌙                          | <b>Dîner</b> 🌙                             | <b>Dîner</b> 🌙                          |
| Crème Dubarry                             | Crème de champignons                      | Potage minestrone                                  | Soupe de cresson                             | Soupe à l'oignon                        | Crème aux pois cassés                      | Potage aux carottes                     |
|                                           |                                           |                                                    |                                              |                                         |                                            |                                         |
| ...                                       | ...                                       | ...                                                | ...                                          | ...                                     | ...                                        | ...                                     |
| Filet de hoki sauce beurre citronnée      | Oeufs durs à la florentine                | Curry de colin d'Alaska à l'Indienne               | Clafoutis aux butternut et carottes au cumin | Tortilla aux pommes de terre            | Jambonneau nature                          | Quiche aux poireaux                     |
| Gratin de chou-fleur à la béchamel        |                                           | Carottes glacées                                   | Salade feuille de chêne                      | Salade mâche                            | Potiron aux herbes                         | Salade laitue                           |
| ...                                       | ...                                       | ...                                                | ...                                          | ...                                     | ...                                        | ...                                     |
| Fromage ou laitage                        | Fromage ou laitage                        | Fromage ou laitage                                 | Fromage ou laitage                           | Fromage ou laitage                      | Fromage ou laitage                         | Fromage ou laitage                      |
| Ananas                                    | Fromage blanc saveur vanille              | Salade de fruits                                   | Compote de pommes                            | Coupe d'orange à la cannelle            | Riz au lait                                | Banane                                  |

