



AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 16 mars au dimanche 22 mars 2026

sOgeres
seniors

Printemps

Lundi 16	Mardi 17	Mercredi 18	Jeudi 19	Vendredi 20	Samedi 21	Dimanche 22
Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner <u>Centre Val de Loire</u>	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner
Duo de haricots au cerfeuil	Allumette à l'emmental	Brick aux oignons caramélisés miel cumin & fromage de chèvre	Emincé de fenouil aux pommes vertes	Concombre aux oignons rouges	Chou blanc à la vinaigrette	Crevettes et pamplemousse sauce cocktail
...	...	...	...	...	...	...
Jambonneau nature	Filet de colin d'Alaska sauce citron	Joue de bœuf au vin de Touraine & ses légumes	Paëlla au poulet au chorizo	Beignets de calamars sauce tartare	Emincé de dinde	Rôti de veau sauce forestière
Lentilles vertes mijotées	Frites			Pommes de terre vapeur	Mélange de cinq céréales	Riz basmati
Carottes fraîches	Printanière de légumes			Brunoise de légumes sautée	Fèves et légumes couscous	Courgettes poêlées
...	...	...	...	...	...	...
Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage
Mousse au chocolat	Ile flottante	Poire pochée aux épices	Pastei de nata	Clémentine	Glace vanille coulis de fruits rouges	Flan pâtissier aux griottes
Goûter	Goûter	Goûter	Goûter	Goûter	Goûter	Goûter
Madeleine	Biscuits sablé de Retz	Pain perdu	Entremet chocolat speculoos	Cake saveur fleur d'oranger	Cookie aux pépites de chocolat	Gâteaux quatre-quarts
Dîner	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner
Potage Crécy	Bouillon de légumes aux vermicelles	Potage de légumes	Crème de pomme de terre carottes oignons	Velouté Dubarry	Crèmes aux pois cassés	Potage de légumes
...	...	...	...	...	...	...
Quiche aux asperges vertes	Parmentier aux pois cassés et à l'effiloche de porc	Feuilleté aux pommes de terre et bleu d'Auvergne	Omelette nature	Gratin de macaronis aux champignons sauce crémée à l'emmental	Cake au sarrasin, poireau, emmental et noix	Jambon
Salade iceberg		Salade batavia	Haricots verts		Salade mâche	Purée de pommes de terre
...	...	...	...	...	...	...
Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage
Salade de fruits	Compote de pommes	Coupe d'orange à la cannelle	Tapioca au lait vanillé	Pot de crème au thé	Compote de fruits allégée en sucre	Banane sauce chocolat