



AU MENU CETTE SEMAINE

du lundi 19 octobre au dimanche 25 octobre 2026

sOgeres
seniors

Automne

Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23	Samedi 24	Dimanche 25
Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner <u>Occitanie</u>	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner
Gougère au fromage	Duo de chou blanc et rouge à la vinaigrette	Salade d'endives au Roquefort AOP et aux poires	Salade batavia à la vinaigrette	Muffin épinard, fromage de brebis & graine de chia, sauce à l'algue	Carottes râpées au persil	Rillettes de porc et cornichon
...	...	...	...	...	...	...
Rôti de porc jus à l'ail	Filet de lieu sauce citron	Cassoulet	Lasagne à la bolognaise au bœuf	Beignets de calamars et quartier de citron	Haut de cuisse de poulet roti au jus	Bœuf bourguignon
Coquillettes	Frites			Poêlée de légumes au bouillon de volaille (carotte haricot Semoule	Brocolis	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Salade verte à la vinaigrette				Riz thaï parfumé	Carottes au jus
...	...	...	...	...	...	...
Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage
Fruits de saison	Gâteau aux pommes, caramel beurre salé & sirop au calvados	Millas au rhum et éclats de marrons	Pomme rôtie, confiture de fraises	Fruits de saison	Mousse à la crème de marron et spéculoos	Chou chantilly
Dîner	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner
Bouillon végétal aux vermicelles	Potage à l'oseille	Potage Vichy	Soupe au chou	Potage de butternut	Potage de légumes frais	Crème d'épinards
...	...	...	...	...	...	...
Pizza reine	Endives au jambon gratinées	Clafoutis au potiron et emmental	Omelette aux champignons et persil	Parmentier aux pois cassés et à l'effiloché de porc	Gratin de macaronis aux champignons sauce crémée à l'emmental	Aiguillettes de poulet panées au quinoa & fromage italien
Salade batavia à la vinaigrette			Pommes de terre sautées			Chou-fleur à la béchamel
...	...	...	...	...	...	...
Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage	Fromage ou laitage
Riz au lait au caramel	Compote de fruits	Raisin	Fromage blanc à la cassonade	Pot de crème aux épices	Tapioca au lait saveur vanille	Coupe d'ananas frais