NOM _____
PRENOM _____
DATE _____

Montigny Les Cormeilles

Du 26 février au 03 mars 2024

Lundi
26 févr.

Portage déjeuner 1
Chou blanc BIO aux raisins secs
Cannelloni de boeuf

Bûche de chèvre
Mousse au chocolat au lait

Portage déjeuner 2
Salade de lentilles bio et vinaigrette bio
Médaille de merlu PMD sauce échalote
Cordiale de légumes (carotte, courgette, haricots vert)
Pont l'Evêque AOP
Fruit

Mardi
27 févr.

Portage déjeuner 1
Soupe saint germain (pois cassés et pommes de terre)
Colin d'Alaska PMD pané au riz soufflé
Jardinière de légumes (carotte, p.pois, h.vert, navet)
Saint Nectaire AOP
Fruit bio

Portage déjeuner 2
Concombre en rondelles
Merguez
Semoule BIO
Fournols
Compote pomme nectarine allégée en sucre

Mercredi
28 févr.

Portage déjeuner 1
Endives au bleu
Quenelle de brochet sauce crevette
Riz BIO et petits légumes
Yaourt BIO nature
Cocktail de fruits

Portage déjeuner 2
Soupe de salsifis et pommes de terre
Tarte aux poireaux
Carottes BIO
Fromage frais Petit Cotentin
Fruit bio

Jeudi
29 févr.

Portage déjeuner 1
Nems au poulet
Rôti de porc* sauce charcutière (moutarde, cornichon)
Purée de courges butternut et pommes de terre bio
Livarot AOP
Fruit bio

Portage déjeuner 2
Macédoine mayonnaise BIO
Omelette BIO
Tortil sauce tomate
Pointe de Brie
Mousse au citron

Vendredi
01 mars

Portage déjeuner 1
Carotte et céleri BIO remoulade au curry
Meunière colin d'Alaska PMD
Gratin de blettes
Camembert
Cake à la cannelle farine LCL

Portage déjeuner 2
Terrine de légumes
Rôti de boeuf LR au jus
Lentilles mijotées BIO
Munster AOP
Fruit BIO

Samedi
02 mars

Portage déjeuner 1
Champignons au fromage blanc
Sauté de veau lr sauce cervesoise (pomme, carotte, tomate)
Pommes de terre à l'emmental
Tomme grise
Forêt noire

Portage déjeuner 2
Velouté de cresson
Filet de colin d'alaska pmd sauce crème ciboulette
Haricots beurre
Fromage blanc aromatisé
Forêt noire

Dimanche
03 mars

Portage déjeuner 1

Portage déjeuner 2

sOgeres

un
sourire
dans ma
cuisine
par sOgeres

NOM _____
PRENOM _____
DATE _____

Montigny Les Cormeilles

Du 04 mars au 10 mars 2024

Lundi
04 mars

Portage déjeuner 1
Concombre en rondelles
Dahl de lentilles corail BIO et riz BIO

Saint Paulin
Liégeois chocolat

Portage déjeuner 2
Soupe crecy (carottes et pommes de terre)
Quiche lorraine*
Fondue de poireaux a la crème
Fromage frais petit moulé ail et fines herbes
Fruit bio

Mardi
05 mars

Portage déjeuner 1
Crêpe à l'emmental
Hoki pm� sauce nantua(tomate, crème fraîche, échalote)
Poêlée de haricots verts, brocolis, champignons
Comté AOC
Fruit bio

Portage déjeuner 2
Carottes râpées bio vinaigrette à la moutarde
Boulettes au mouton et boeuf sauce façon orientale (oignon, tomate, persil, ail, épices)
Semoule BIO sauce tomate
Yaourt nature brassé
Crème dessert BIO à la vanille

Mercredi
06 mars

Portage déjeuner 1
Terrine de légumes
Cassoulet maison*

Yaourt aux fruits
Fruit

Portage déjeuner 2
Salade de penne au thon et pesto rouge
Emincé de saumon sauce marseillaise
Jardinière de légumes (carotte, p.pois, h.vert, navet)
Cantal AOP
Abricot au sirop

Jedi
07 mars

Portage déjeuner 1
Salade verte aux dés de mimolette
Colin d'Alaska PMD sauce citron
Haricots plats au thym
Yaourt BIO brassé à la banane
Eclair parfum café

Portage déjeuner 2
Soupe de brocolis, poireaux et pommes de terre
Blanquette de veau LR
Riz BIO pilaf
Fourme d'ambert AOP
Fruit

Vendredi
08 mars

Portage déjeuner 1
Céleri BIO rémoulade
Sauté de poulet lr sauce au paprika, persil
Pommes de terres quartier avec peau
Montcadi croûte noire
Fruit BIO

Portage déjeuner 2
Salade de pâtes à la grecque (tomate,poivron,brebis,olive)
Merlu PMD sauce curry
Chou fleur BIO en persillade
Carré
Fromage blanc BIO

Samedi
09 mars

Portage déjeuner 1
Fond d'artichaut
Goulash de boeuf lr (paprika doux, tomate)
Torsades
Saint Nectaire AOP
Tarte tropezienne

Portage déjeuner 2
Salade de riz composée
Samoussa de légumes
Poêlée campagnarde
Edam
Tarte tropezienne

Dimanche
10 mars

Portage déjeuner 1

Portage déjeuner 2

sOgeres

un
sourire
dans ma
cuisine

par sOgeres

NOM _____
PRENOM _____
DATE _____

Montigny Les Cormeilles

Du 11 mars au 17 mars 2024

Lundi
11 mars

- Portage dejeuner 1**
Carottes au thon
Sauté de porc sauce au thym
Flageolets
Saint Nectaire AOP
Mousse au chocolat noir

- Portage dejeuner 2**
Velouté de courgettes
Feuilleté au chèvre
Haricots vert BIO à l'ail
Fromage blanc aromatisé
Fruit bio

Mardi
12 mars

- Portage dejeuner 1**
Pizza tomate et fromage
Emincé de saumon sauce citron
Fenouil gratin
Yaourt aromatisé
Fruit bio

- Portage dejeuner 2**
Radis noir râpé
Sauté de boeuf lr igp sauce poivrade (oignon, carotte, vinaigre, herbes)
Farfalles
Fromage frais Carré frais BIO
Crème dessert au caramel

****Balade en Normandie****

Mercredi
13 mars

- Portage dejeuner 1**
Pâté de campagne* et cornichon
EMINCE POULET SAUCE LIVAROT
Poêlée champêtre
Fromage frais fouetté Rondelé BIO
Tarte normande

- Portage dejeuner 2**
Salade verte BIO et croûtons
Beignets de calamar
sauce tartare
Pont l'Evêque AOP
Compote de pommes et poires allégée en sucre

Jeudi
14 mars

- Portage dejeuner 1**
Endives au bleu
Parmentier BIO végétal

Rouy
Fruit

- Portage dejeuner 2**
Tarte provençale DCG
Rôti de dinde LR façon fermière
Céleri braisé
Camembert
Mousse au café

Vendredi
15 mars

- Portage dejeuner 1**
Chou rouge et lardons
Boeuf mode LR
Carottes BIO
Bûche de chèvre
Ile flottante

- Portage dejeuner 2**
Soupe de poireaux et pommes de terre BIO
Hoki PMD sauce basilic
Pennes BIO
Cantal AOP
Fruit

Samedi
16 mars

- Portage dejeuner 1**
Salade de risetti aux petits légumes
Jambon blanc LR sauce madère
Petits pois mijotés
Munster AOP
Gâteau basque DCG

- Portage dejeuner 2**
Soupe dubarry (chou fleur et pommes de terre)
Merlu PMD sauce bretonne
Riz
Fournols
Gâteau basque DCG

Dimanche
17 mars

- Portage dejeuner 1**

- Portage dejeuner 2**

sOgeres

un
sourire
dans ma
cuisine

par sOgeres

NOM _____
PRENOM _____
DATE _____

Montigny Les Cormeilles

Du 18 mars au 24 mars 2024

Lundi
18 mars

- Portage déjeuner 1**
Radis
Poulet LR sauce comtoise
Poêlée campagnarde
Yaourt BIO nature
Tarte au flan DCG

- Portage déjeuner 2**
Soupe de salsifis et pommes de terre
Filet de colin d'Alaska PMD à l'oseille
Fusilli BIO
Pont l'Evêque AOP
Fruit

Mardi
19 mars

- Portage déjeuner 1**
Salade de betteraves et emmental
Saucisse de Toulouse*
Lentilles mijotées BIO
Fromage blanc aromatisé
Fruit

- Portage déjeuner 2**
Carottes râpées bio vinaigrette à la moutarde
Paupiette de saumon sauce façon parmentière
Haricots plats d'Espagne
Cheddar
Gâteau de semoule

Mercredi
20 mars

- Portage déjeuner 1**
Salade fraîcheur de printemps (salade verte,
pomme, céleri, cerfeuil)
Hoki PMD sauce estragon
Pommes de terre BIO
Saint Paulin
Liégeois à la vanille sur lit de caramel

- Portage déjeuner 2**
Acras de morue
Sauté de dinde LR sauce charcutière
Blettes sauce béchamel
Petit fromage blanc aux fruits
Fruit bio

Jeudi
21 mars

- Portage déjeuner 1**
Samoussa de légumes
Rôti de veau LR sauce diabolotin
Endives braisées
Fromage blanc BIO
Fruit bio

- Portage déjeuner 2**
Concombre, ciboulette
Thon à la tomate et au basilic
Macaroni BIO
Munster AOP
Compote de pommes et fraises allégée en sucre

Vendredi
22 mars

- Portage déjeuner 1**
Salade coleslaw BIO
Colin d'alaska pmd sauce crème aux herbes
Riz BIO
Fourme d'ambert AOP
Fruit

- Portage déjeuner 2**
Salade de haricots blancs aux herbes
Crépinette* sauce forestière
Gratin de courgettes BIO
Emmental
Mousse au chocolat au lait

Samedi
23 mars

- Portage déjeuner 1**
Taboulé
Fondant au fromage de brebis
Purée crécy (purée de carottes et pommes de terre)
Comté AOC
Tiramisu

- Portage déjeuner 2**
Soupe Choisy (Poireaux, salade, pdt)
Sauté de boeuf LR IGP sauce caramel
Pommes de terre aux herbes
Fromage fondu Samos
Tiramisu

Dimanche
24 mars

- Portage déjeuner 1**

- Portage déjeuner 2**

sOgeres

un
Sourire
dans ma
cuisine
par sOgeres

NOM _____
PRENOM _____
DATE _____

Montigny Les Cormeilles

Du 25 mars au 31 mars 2024

Lundi
25 mars

Portage déjeuner 1
Salade de pdt bio lcl en vinaigrette moutarde
Hoki PMD sauce armoricaine
Gratin de brocolis BIO
Fromage blanc nature
Fruit bio

Portage déjeuner 2
Radis en rondelles
Merguez
Semoule aux abricots et aux amandes
Pont l'Evêque AOP
Crème caramel aux oeufs

Mardi
26 mars

Portage déjeuner 1
Poireaux vinaigrette
Gardiane de boeuf LR
Riz BIO pilaf
Saint Nectaire AOP
Fruit

Portage déjeuner 2
Pizza tomate et fromage
Beignets de calamar
Jardinière de légumes (carotte, p.pois, h.vert,
navet)
Yaourt à la pulpe de fruits
Mousse aux marrons

Mercredi
27 mars

Portage déjeuner 1
Emincé de chou blanc bio et vinaigrette
moutarde
Merlu PMD sauce citron
Haricots beurre
Fromage frais Petit Cotentin
Cake nature (farine LCL)

Portage déjeuner 2
Soupe de lentilles au cumin
Sauté de dinde LR sauce aux olives
Pommes de terre persillées
Petit suisse nature BIO
Fruit bio

Judi
28 mars

Portage déjeuner 1
Salade verte, thon et olives noires
Sauté d'agneau LR sauce au thym
Spaghetti BIO
Mimolette
Fruit

Portage déjeuner 2
Salade d'endives aux noix
Filet de limande PMD sauce crustacé
Poêlée méridionale
Pointe de Brie
Eclair parfum au chocolat DCG

Vendredi
29 mars

Portage déjeuner 1
Carottes râpées
Céleri'mentier de poisson PMD

Munster AOP
Semoule au lait

Portage déjeuner 2
Soupe aux épinards et pommes de terre (épinard
bio)
Chili végétarien (Haché végétal)
Riz BIO
Yaourt aromatisé
Fruit

Samedi
30 mars

Portage déjeuner 1
Crêpe à l'emmental
Rôti de porc* cuit à la diable
Choux de bruxelles
Tomme grise
Opéra

Portage déjeuner 2
Concombres et maïs
Lasagne saumon

Livarot AOP
Opéra

Dimanche
31 mars

Portage déjeuner 1

Portage déjeuner 2

sOgeres

un
Sourire
dans ma
cuisine

par sOgeres