


Sogeres vous souhaite un bon appétit !

MENU DU MOIS D'OCTOBRE 2012

	Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
DU 1er AU 5 OCTOBRE 2012	**LE POTIRON** Salade de choux bicolores Daube de bœuf Purée de Potiron Yaourt nature sucré Chou à la crème vanille	Salade de blé aux petits légumes Cordon bleu Haricots verts à l'estragon Emmental Fruit annuel	Céleri rémoulade Sauté de porc façon fermière Pommes de terre persillées Rondelé nature Dessert de pommes	Potage de légumes variés Quenelles de brochet sauce aurore Riz Fromage blanc sucré Fruit de saison
DU 8 AU 12 OCTOBRE 2012	Salade de betteraves rouges Boulettes de bœuf à l'orientale Spaghettis Gouda Fruit annuel	Carottes râpées Sauté de dinde sauce crème et champignons Semoule Carré du Poitou Dessert tous fruits	Chou rouge râpé Pavé de colin sauce Basquaise Ratatouille/pommes de terre Petit moulé Mousse au chocolat au lait	Potage cultivateur Cassoulet Plat complet Yaourt aromatisé Fruit annuel
SEMAINE DE LA DECOUVERTE : LES FRUITS D'AUTOMNE				
DU 15 AU 19 OCTOBRE 2012	RAISIN Salade de boulgour au raisin (boulgour, tomate, raisins secs, mimolette, cerfeuil) Filet de hoki sauce citron Haricots verts persillés Fromage des Pyrénées Fruit annuel	POIRE Emincé de concombre sauce fromage blanc aux herbes Cuisse de poulet sauce aux poires Riz Cantafrais Flan vanille	CHATAIGNE Salade Iceberg vinaigrette huile d'olive citron Bœuf à la tomate Pommes noisettes Vache qui rit Fromage blanc châtaigne et spéculoos	POMME Pâté mousse de foie/cornichon Dés de poisson sauce béchamel aux épices douces Purée pomme/panais Coulommiers Fruit exotique
DU 22 AU 26 OCTOBRE 2012	Taboulé Goulash de bœuf Bouquet de légumes Yaourt nature sucré Fruit de saison	Salade Coleslaw Paëlla de la mer Plat complet Camembert Crème caramel	Chou blanc vinaigrette échalote Rôti de porc au jus Haricots verts Fromage blanc Cake au chocolat maison	Potage poireaux pommes de terre Beignet de poisson / quartier de citron Gratin de courgettes Gouda Fruit annuel
DU 29 AU 31 OCTOBRE 2012	 VACANCES			

Légende :  Vinaigrette maison
 Le Produit phare : Le POTIRON
 Animation du mois : Semaine de la découverte / LES FRUITS D'AUTOMNE