

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Produits laitiers Fruits et légumes Viandes, poissons, œufs Céréales, légumes secs Produits sucrés	Chou fleur vinaigrette Risotto au poulet (plat complet) Yaourt nature Madeleine nature	Macédoine Chipolatas au jus Lentilles Carré Président Flan gélifié chocolat	Betteraves rouges vinaigrette Sauté de bœuf au jus Pdt vapeur Emmental Fruit de saison	Céleri rémoulade Crêpes champignons Ratatouille Petit moulé nature Eclair vanille	Carotte rapées Blanquette de poisson Riz Buchette de chèvre Compote de pommes

Cuisiné par nos chefs	Menu végétarien	Agriculture biologique	Pêche responsable
L LOCAL	Origine France		Pâtissé par nos chefs



Mars
C'est un mois qui marque la transition entre l'hiver et le printemps, qui est caractérisé par l'éveil des animaux, le chant des oiseaux et l'éclosion des premières



« Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

Pour des raisons d'approvisionnement, SOGIREST se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.

SOGIREST vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002.

 Lundi				
 Produits laitiers  Fruits et légumes  Viandes, poissons, œufs  Céréales, légumineuses  Produits sucrés	Taboulé Quenelles natures sauce nantua  Brocolis  Camembert à la coupe Fruit de saison			
 Mardi				
	Chou rouge vinaigrette  Steak haché au jus  Farfalles  Petit suisse aux fruits  Compote de poires 			
Mercredi				
	Salade provençale  Courgettes farcies sauce tomate  (plat complet) Edam Crème pralinée			
Jeudi				
	Rosette  Lasagne bolognaise  (plat complet) Samos Flan nappé caramel			
Vendredi				
	Concombre à la crème  Cotriade Bretonne  Purée de pdt  Petit Louis Génoise confiture 			

 Cuisiné par nos chefs			
L LOCAL		 Menu végétarien	 Agriculture biologique
	 Origine France		 Pâtissé par nos chefs

Le beau temps de mars se paie en avril.
 Taille tôt, taille tard, taille toujours en mars.
 Le soleil de mars donne des rhumes



Brouillard en mars, gelée en mai.
 Mars venteux, pommiers plantureux.
 Mars est comme la romance, il finit comme il commence.

LES DICTONS DES MOIS

Lundi				
    	Tomates vinaigrette	Œuf mayonnaise	Endives vinaigrette	Duo de crudités
	Filet de poulet rôti	Boulettes de bœuf	Blanquette de dinde à l'ancienne	Nuggets de blé
	Coquillettes	Haricots beurre	Pdt lamelles	Choux fleurs béchamel
	Fromage blanc sucré	Chanteneige	Saint Paulin	Samos
	Compote de fruits	Mousse au chocolat	Yaourt aux fruits	Crêpe sucrée
Mardi				
Menu végétarien				
Agriculture biologique				
Pêche responsable				
L				
LOCAL				
Origine France				
Pâtissé par nos chefs				



Pourquoi le 20 mars est-il le printemps ?
L'équinoxe du 20 mars

C'est en effet au moment où la durée de la journée est égale à celle de la nuit que le monde



MENU

Semaine du Lundi 23 Mars au Vendredi 28 Mars 2026

Lundi				
 Produits laitiers  Fruits et légumes  Viandes, poissons, œufs  Céréales légumineuses secs  Produits sucrés				
Salade de riz Cordon bleu de dinde Brocolis béchamel St Nectaire Fruit de saison				
Mardi				
 Menu végétarien				
Haricots verts vinaigrette Omelette nature Carottes Yaourt sucré Galette st Michel				
Mercredi				
 Agriculture biologique				
Betteraves rouges vinaigrette Palette de porc au jus Pdt vapeur Mimolette Liégeois vanille				
Jeudi				
 Agriculture biologique				
Salade verte Pâté aux pdt (plat complet) Brebicrème Fruit de saison				
Vendredi				
 Pêche responsable				
Chou rouge vinaigrette Poisson pané Riz Tartare nature Quatre-quarts du chef				
 Cuisiné par nos chefs				
 LOCAL				
 Origine France				
 Agriculture biologique				
 Pâtissé par nos chefs				

Pâté aux Pommes de Terre

Liste des ingrédients pour 8 personnes:

1 kg de pommes de terre
2 pâtes feuilletées
50cl de crème fraîche épaisse
150g d'oignons
20g de persil
10 ml de lait
Sel et poivre



Déroulé de la recette:

- * Déposer la première pâte feuilletée
- * Assaisonner les pommes de terre émincées avec les oignons taillé, le persil, le sel et le poivre
- * Garnir la pâte feuilletée avec la préparation à base de pommes de terre
- * Recouvrir la préparation avec la seconde pâte feuilletée
- * Dorer la pâte au lait
- * Cuire pendant 45 minutes dans un four à 180°C
- * En fin de cuisson: tailler la pâte feuilletée du dessus pour incorporer la crème
- * Recouvrir la pâte feuilletée



« Selon l'article R.112-14 du décret du 17 avril 2015, la cuisine centrale met à disposition un repas sans les 14 allergènes réglementaires qui s'intègre dans le dispositif déployé par votre établissement. Merci d'orienter toute personne intéressée vers votre service de restauration pour en bénéficier. »

Pour des raisons d'approvisionnement, SOGIREST se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remercie de votre compréhension.

SOGIREST vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17/12/2002.