



Semaine 23 (5é.4j)

Entrée	
Plat principal	
Légume Féculent	
Produit laitier	
Dessert	

LUNDI 6 juin 2011
Radis beurre
Poêlée méditerranéenne*
Camembert
Kiwi

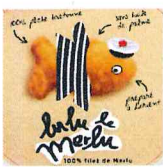
MARDI 7 juin 2011
Melon
Bœuf aux olives
Carottes rissolées
Yaourt brassé aux fruits
Lunette à la fraise

MERCREDI 8 juin 2011
Tomates mozzarella
Lasagnes bolognaise
Salade verte
Kiri
Banane

JEUDI 9 juin 2011
Salade Capri
Rôti de porc froid
Courgettes à la provençale
Yaourt sucré
Ananas au sirop

VENDREDI 10 juin 2011
Concombres vinaigrette
"Lulu le merlu"
Garniture fraîcheur
Saint Nectaire
Pomme en conversion de bio

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons œufs
- Céréales, légumes secs



Histoire : "Lulu le merlu" est un produit de la pêche lorientaise. Le Merlu est pêché par la flotte de pêche lorientaise, il passe ensuite dans les ateliers de Filetage/Mareyage du port de Lorient puis est pris en charge par Halieutys (Société du port de Lorient), avant d'être servi aux enfants.
Enjeu : c'est un produit ludique, 100% filet, respectant les recommandations nutritionnelles et adapté aux enfants. Il est issu d'une filière courte, il fait travailler des intervenants locaux et valorise une ressource fragile.



Afin d'encourager le développement de la filière "bio" au niveau local, SOGIREST propose lors de cette semaine fraîch'attitude un fruit en conversion vers l'agriculture biologique. C'est un fruit qui est récolté lors de la deuxième année de conversion de la culture. Ce produit pourra porter la mention "issu de l'agriculture biologique" seulement lors de sa troisième année. SOGIREST s'engage auprès d'agriculteurs locaux afin de proposer ces produits tout au long de l'année



Entrée	
Plat principal	
Légume Féculent	
Produit laitier	
Dessert	

LUNDI 13 juin 2011

MARDI 14 juin 2011
Pomelos + sucre
Sauté de porc au jus
Flageolets
Saint Paulin
Flan vanille

MERCREDI 15 juin 2011
Salade piémontaise
Burger au jus
Ratatouille/Ebly
Yaourt aromatisé
Poire

JEUDI 16 juin 2011
Cervelas
Bœuf bourguignon
Semoule
Fromage blanc
Nectarine

VENDREDI 17 juin 2011
Tomates vinaigrette
Poisson à l'aneth
Salsifis persillés
Edam
Beignet au chocolat

- Produits laitiers
- Produits sucrés
- Matières grasses cachées

Nos salades et plats composés*

Salade Capri : pâtes, dés de jambon et de tomates
 Poêlée méditerranéenne: Spaghettis, dés de volaille, sauce tomate
 Garniture fraîcheur: haricots verts, pommes de terre, vinaigrette

Nos sauces (Plats sans sauce**)

Sauce à l'aneth : fumet, aneth, crème, assaisonnement
 SOGIREST vous informe que la viande bovine est d'origine française conformément au décret du 17 décembre 2002.

Pour votre information

Pour des raisons d'approvisionnement, SOGIREST se réserve le droit de modifier certaines composantes du menu et vous remerciera de votre compréhension.
 Engagement nutritionnel : nos menus sont conçus et équilibrés selon les recommandations du GEMRCN.
 Le Service Qualité se tient à votre disposition pour vos questions ou remarques éventuelles.

Semaine 25 (5é.4j)

- Entrée
- Plat principal
- Légume Féculent
- Produit laitier
- Dessert

LUNDI 20 juin 2011	MARDI 21 juin 2011	MERCREDI 22 juin 2011	JEUDI 23 juin 2011	VENDREDI 24 juin 2011
Céleri rémoulade	Macédoine mayonnaise	Pizza	Melon	Salade du chef
Farci de tomate provençale	Marengo de volaille	Cuisse de poulet froide	Jambon grill	Hoki pané
Vache qui rit	Jardinière de légumes	Haricots verts vinaigrette	Gratin de choux fleurs	Purée mousseline
Compote de pommes	Carré frais	Petit suisse aux fruits	Yaourt sucré	Gouda
	Semoule au lait nappé caramel	Abricots	Gâteau basque	Pêche

- Fruits et légumes
- Viandes, poissons œufs
- Céréales, légumes secs



La fraise

Semaine 26 (5é.4j)

- Entrée
- Plat principal
- Légume Féculent
- Produit laitier
- Dessert

LUNDI 27 juin 2011	MARDI 28 juin 2011	MERCREDI 29 juin 2011	JEUDI 30 juin 2011	VENDREDI 1 juillet 2011
Taboulé	Carottes râpées	Tomates mozzarella	Melon	Concombres vinaigrette
Cordon bleu	Chipolatas	Sauté de porc au jus	Rôti de dinde mayonnaise	Poisson sauce citron
Haricots verts persillés	Coquillettes	Courgettes provençales	Chips	Pommes persillées
Cantal	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Camembert	Edam
Nectarine	Compote pommes fraises	Gâteau de Savoie	Abricots	Liégeois chocolat

- Produits laitiers
- Produits sucrés
- Matières grasses cachées



Les fraises de printemps représentent la majorité de la production française. Leur récolte s'étale de mars à juin. On trouve dans cette catégorie les variétés précoces telles que 'Gariguettes', 'Pajaro' et 'Ciflorette'. La fraise de saison prend ensuite le relais à partir du mois d'avril et jusqu'en juin avec notamment les variétés 'Cigaline' et 'Darselect'.
La fraise d'été, plus communément appelée fraise remontante, est récoltée uniquement en été. Elle est principalement représentée par la 'Mara des Bois'. Enfin, la saison française s'achève avec les fraises d'automne ('Darselect', 'Gariguettes') qui sont plantées en été pour un premier cycle de production en automne. Cette production automnale tend à se développer.

Choisir: la taille des fraises et l'intensité de leur couleur ne doivent pas guider votre achat, recherchez des fruits à l'épiderme brillant, uniformément coloré, avec une collerette et un pédoncule bien verts. Choisissez les fraises à leur parfum.

Conserver: l'idéal est de déguster les fraises sitôt le retour du marché et de renouveler autant que possible les achats. On peut cependant les conserver 48 heures au frais, entières, non équeutées, dans leur barquette filmée. Pour qu'elles délivrent tous leurs parfums, sortez-les du réfrigérateur 20 min avant de les déguster. Si vous en avez acheté plus que vous ne pourrez en manger, préparez de confitures, des coulis ou des glaces. Évitez la congélation.

Nos salades et plats composés*

Salade du chef : salade verte, épaule, gruyère

Farci de tomate à la provençale: riz, viande de bœuf hachée, sauce tomate

Nos sauces (Plats sans sauce**)

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

Pour votre information

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

Engagement nutritionnel : nos menus sont conçus et équilibrés selon les recommandations du GEMRCN. Le Service Qualité se tient à votre disposition pour vos questions ou remarques éventuelles.