

# COBAS

Menus du lundi 05 au vendredi 09 août 2019



## Menu de la semaine

### Lundi

Melon charentais

Sauté de Veau  
Sauce diablotin

Duo de courgettes  
jaunes et vertes

Cantafrais

Riz au lait

Pompon  
Fruit

### Mardi

Betteraves vinaigrette

Rôti de bœuf froid  
ketchup

Taboulé

Tomme grise

Fruit

Gaufrette vanille  
Yaourt nature sucré

### Mercredi

Salade de riz

Quiche au saumon

Salade verte

Fromage blanc nature sucré

Compote de pommes et fraises  
du chef

Barre de céréales  
Fruit

### Jeudi

Thon guacamole

Poulet rôti

Petits pois mijotés

Brie

Fruit

Pain  
Chocolat tablette

### Vendredi

Salade de tomates

Chipolatas\*  
\*Saucisse de volaille

Haricots verts et pâtes

Cantal AOC

Glace chocolat

Pain  
Confiture

inspirations  
Sogeres



Issu de l'agriculture  
biologique



Plat végétarien



Plat du Chef



Charolais



Label Rouge



la cantine pas pareille

# COBAS

Menus du lundi 12 au vendredi 16 août 2019




## Menu de la semaine

### Lundi

Salade de betteraves rouges

Rôti de porc\*

\*Rôti de dinde 

Lentilles mijotées

Petit Cotentin

Assiette de fruits d'été  
(melon jaune et  
charentais)

Viennoiserie  
Fromage blanc sucré

### Mardi

Salade Caesar

Hamburger

Frites au four

Gouda

Brownie et crème anglaise

Marbré chocolat  
Fruit

### Mercredi

Tranche de pastèque

Poisson pané

Duo de carottes  
à la tomate et basilic

Coulommiers

Glace à la fraise

Moelleux au  
citron  
Fruit


### Jeudi


Férié

### Vendredi

Fermé

inspirations  
Sogeres

 Issu de l'agriculture  
biologique

 Plat végétarien

 Plat du Chef

 Charolais

 Label Rouge



la cantine pas pareille

# COBAS

Menus du lundi 19 au vendredi 23 août 2019



Menu de la semaine

## Lundi

Salade de chou-fleur ,  
tomate et maïs sauce au yaourt

Paëlla (poulet)

Fromage blanc sucré

Fruit

Rocher coco

Compote

## Mardi

Saucisson à l'ail\* et cornichon  
\*œuf dur

Rôti de Bœuf

Flan de légumes

Yaourt aromatisé

Fruit

Gaufrette vanille

Lait chocolaté

## Mercredi

Melon

Cordon bleu

Coquillettes

Cantadou ail et fines herbes

Compote de pommes abricots  
du chef

Madeleine

Fruit

## Jeudi

Boulgour, concombre, tomate  
et coriandre

Bifteak haché de bœuf charolais

Haricots verts

Camembert

Glace vanille

Pain

Chocolat tablette

## Vendredi

Tomate  
vinaigrette balsamique

Poisson en paprika de à la carotte

Salade verte


Tomme grise


Ile flottante

Pain

Confiture


inspirations  
Sogeres

 Issu de l'agriculture  
biologique

 Plat végétarien

 Plat du Chef

 Charolais

 Label Rouge



la cantine pas pareille

# COBAS

Menus du lundi 26 au vendredi 30 août 2019



## Menu de la semaine

### Lundi

Salade de betteraves

Omelette

Ratatouille à la niçoise et pommes de terre lamelles


Saint-Nectaire AOC

Fruit

Viennoiserie  
Yaourt nature sucré


### Mardi


\*\*\*Menu à base de produits BIO\*\*\*

Gaspacho BIO 

Chipolatas BIO\* 

\* Saucisse de volaille


Petits pois mijotés BIO 


Petit fromage frais aux fruits BIO 

Fruit BIO 

Pompon  
Compote

### Mercredi

Carottes râpées  
vinaigrette balsamique 

Rôti de dinde   
au jus

Gratin de courgettes


Tomme blanche

Tarte au chocolat

Roulé framboise  
Fruit

### Jeudi

Salade piémontaise

Sauté de bœuf   
sauce olive

Panaché de haricots à la tomate

Petit cotentin

Glace au  
chocolat

Pain  
Confiture


### Vendredi

Tranche de pastèque

Poisson pané et citron


Torti


Mimolette


Compote de pommes du Chef 

Pain  
Chocolat tablette


inspirations  
Sogeres

 Issu de l'agriculture  
biologique

 Plat végétarien

 Plat du Chef

 Charolais

 Label Rouge



la cantine pas pareille