SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | Du 09 mai au 07 juillet 2022

Menu St Jean de Védas sans viande

	Du 09 mai AU 13 mai	Du 16 mai AU 20 mai	Du 23 mai AU 27 mai	Du 30 mai au 03 juin	Du 06 juin au 10 juin
LUNDI	Salade de pommes de terre Samoussa de légumes Epinards branches BIO et croûtons Plateau de fromage Crème au chocolat	Radis beurre Couscous végétarien** (Semoule BIO et légumes couscous) P'tit cottentin nature Liégeois à la vanille	Friand au fromage Lasagnes de légumes** Fromage les Fripons Fruit de saison BIO	Salade d'haricots rouges au cumin Kettas coriandre menthe BIO Riz pilaf / Ratatouille Tomme de Lozère Fruit de saison	Pentecôte
MARDI	Taboulé du chef Boulettes végétariennes Courgettes au cumin Yaourt nature local Fruit de saison BIO	Salade de pépinettes Omelette du chef Petits pois au jus Saint Paulin Fruit de saison BIO	Salade verte BIO Hamburger végétarien Frites et ketchup Yaourt aromatisé Donuts Menu USA	Pastèque BIO Aiguillettes panées blé emmental + mayonnaise Purée de pomme de terre Coulommiers Compote pomme fraise	Salade verte BIO Pâtes à la mexicaine Lentilles au jus Plateau de fromages Compote pomme abricot
MERCREDI	Carottes râpées à l'orange Galette végétale sauce crème Macaronis BIO Edam Flan vanille nappé caramel	Cake du chef chèvre miel Galette de quinoa à la provençale sauce moutarde Carottes au curry Fromage blanc nature Fruit de saison BIO	Concombre en salade Lentilles forestière Farfalle Chaource Compote de pomme BIO	Betteraves BIO au curcuma Pois chiches à la tomate Semoule Petit suisse sucré Fruit de saison	Salade de pomme de terre Galette végétale sauce crème Courgettes persillées Carré de l'Est Fruit de saison BIO
JEUDI	Tomates croq'sel Quenelle sauce tomate Riz pilaf Petit suisse aromatisé Fruit de saison BIO	Céleri sauce cocktail Blanquette végetale d'haricots blancs Blé Cantal Compote de pommes bananes BIO	Ascension	Tomate en salade Pavé fromager Poêlée arlequin Yaourt nature BIO Gâteau aux noisettes du chef	Melon (HO) Tortilla de pmme de terre Gratin de chou-fleur et pommes de terre Vache qui rit BIO Crème dessert vanille
VENDREDI	Salade verte Boulettes tomate mozzarella + ketchup Haricots verts persillés Vache qui rit BIO Gâteau aux myrtilles du chef	Au bord de la mer Melon Falafels pois chiches curry sauce crème Pommes vapeur Chanteneige BIO Crème catalane du chef		Céleri râpé vinaigrette Quenelles sauce tomate Tortis BIO Pavé frais Crème dessert chocolat	Salade de tomate et maïs Nugget's végétal et ketchup Pennes Fromage blanc nature Fruit de saison BIO

	Du 13 juin au 17 juin	Du 20 juin au 24 juin	Du 27 juin au 1er juillet	Du 04 juillet au 06 juillet
LUNDI	Œufs durs mayonnaise Picoussel Fraich' attitude Haricots verts persillés Yaourt local nature Fruit de saison BIO	Betteraves BIO au curcuma Tortellini épinard sauce tomate ** Fromage blanc sucré Fruit de saison	Betteraves en salade (ST) Pavé fromager Carottes fraiches sautées Brie Fruit de saison BIO	Melon (HO) Boulettes de blé façon thaï sauce crème Ratatouille fraîche et riz BIO Tartare nature Compote pomme cassis
MARDI	Carottes râpées Boulettes de blé façon thaï sauce moutarde Spaghetti BIO Camembert Mousse au chocolat	Repas froid Melon (HO) Œufs durs mayonnaise Taboulé (accompagnement) Vache Picon Compote pomme BIO	Salade d'haricots verts Galette epautre légume sauce crème Purée de pomme de terre Mimolette Fruit de saison BIO	Salade verte Tortilla de pomme de terre Poêlée multicolore Camembert BIO Eclair au chocolat
MERCREDI	Pastèque (HO) Lentilles aux oignons Semoule BIO Saint Morêt Compote de poires	Salade de pois chiches à la marocaine Boulettes tomates mozzarella +ketchup Petit pois au jus Emmental Fruit de saison BIO	Crêpe au fromage Quenelles en gratin Poêlée provençale Yaourt nature BIO Fruit de saison	Tomate BIO en salade Galette végétale sauce tomate Pâtes Petit suisse aromatisé Fruit de saison
JEUDI	Salade verte BIO Falafels menthe coriandre sauce crème Riz de camargue Bûche du Pilat Liégeois vanille	Tomates en salade BIO Aiguillettes panées blé emmental+mayonnaise Poêlée de légumes Petit suisse sucré Gâteau à la banane du chef	Pastèque (HO) Omelette du chef Macaronis BIO et râpé Compote et galette St Michel (ST)	Repas fin d'année
VENDREDI	Salade de tomates aux échalotes Galette végétale à la provençale sauce tomate Courgette persillées Petit suisse BIO aromatisé Gâteau aux pépites au chocaot	Salade verte BIO Samoussa de légumes Purée de pomme de terre Mont Lacaune Flan vanille nappé caramel	Concombre façon tzatizki Salade appertisée taboulé (ST) Chanteneige BIO Liégeois au choclat	

ACTUALITÉ

1 Français sur 5 est en situation de précarité alimentaire !

C'est le constat alarmant dressé par l'Institut de Sondage IPSOS pour le Secours Populaire (09/2018).

En partenariat avec élus & associations de parents d'élèves, SHCB agit en proposant quotidiennement des menus équilibrés & sains

C'est aussi cela ...
... Favoriser la réussite & l'égalité des chances !

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU... LOCAL BIO MAISON

* Contient du porc ** Plat complet