

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

Menu Saussan Alternatif

	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 Calamars à la romaine et citron Epinards branches BIO et croûtons Plateau de fromage Crème au chocolat	Couscous végétarien ** (Semoule BIO et légumes couscous) Saint Nectaire Liégeois à la vanille	Friand au fromage Boulettes végétales Chou-fleur béchamel Comté Fruit de saison BIO	Salade d'haricots rouges au cumin Keltas coriandre menthe BIO Riz pilaf / Ratatouille Tomme de Lozère Fruit de saison	Pentecôte
martedì	Taboulé du chef Picoussel sauce tomate Courgettes au cumin Yaourt nature local Fruit de saison BIO	Salade de pépinettes Omelette du chef Haricots verts persillés Saint Paulin Fruit de saison BIO	Fishburger Frites et ketchup Yaourt aromatisé Donuts	Aiguillettes panée blé emmental Purée de pomme de terre Coulommiers BIO Compote pomme fraise Betteraves BIO au curcuma	Salade verte BIO Pate 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 Tomates croûtes	Cake du chef chèvre miel Galette de quinoa à la provençale sauce moutarde Macaronis au curry Fromage blanc nature Fruit de saison BIO	Concombre en salade Filet de lieu sauce oseille Farfalle Chaurice Compote de pomme BIO	Filet de poisson à la Dijonnaise Riz pilaf Petit suisse sucré Fruit de saison Tomate en salade	Salade de pomme de terre Galette végétale sauce crème Courgettes persillées Carré de l'Est Fruit de saison BIO
jeudi	Quenelle sauce tomate Riz pilaf Petit suisse aromatisé Fruit de saison BIO	Blanquette végétale d'haricots blancs Blé Cantal Compote de pommes bananes BIO	Ascension	Pavé fromager Poêlée arlequin Yaourt nature BIO Gâteau aux noisettes du chef	Filet de hoki sauce oseille Chou-fleur persillés Fromage blanc BIO Glace en pot
vendredi	Salade verte BIO Filet de hoki sauce 4 épices Petits pois au jus Gâteau aux myrtilles du chef	Au bord de la mer Bourride de poisson Pommes vapeur Chanteneige BIO Crème catalane du chef		Filet de poisson frais sauce estragon Tortis BIO Montboissié Crème dessert chocolat	Salade de tomate et maïs Nugget végétal et ketchup Pennes Fruit de saison BIO
lundi	Du 13 juin au 17 juin Œufs durs mayonnaise Picoussel Haricots verts persillés Yaourt local nature Fruit de saison BIO	Du 20 juin au 24 juin Betteraves BIO au curcuma Tortellini épinard sauce tomate ** Fruit de saison Melon (HO)	Du 27 juin au 1er juillet Betteraves en salade (ST) Pavé fromager Carottes fraîches sautées Brie Fruit de saison BIO	Du 04 juillet au 06 juillet Melon (HO) Boulettes de blé façon thaï Ratatouille fraîche et riz BIO Compote pomme cassis	
martedì	Fraich' attitude Carottes râpées Filet de colin sauce crème ciboulette Coquille BIO Camembert Mousse au chocolat	Repas froid Œufs durs mayonnaise Taboulé (accompagnement) Fromage blanc sucré Compote pomme BIO	Parmentier de poisson ** Mimolette Fruit de saison BIO	Salade verte Tortilla de pomme de terre Poêlée multicolore Camembert BIO Glace en pot	
mercredi	Pastèque (HO) Lentilles aux oignons Semoule BIO Tomme blanche Compote de poires	Salade de pois chiches à la marocaine Boulette tomate mozzarella Petit pois au jus Emmental Fruit de saison BIO	Crêpe au fromage Quenelle 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	Filet de cabillaud sauce julienne Riz de camargue Bûche du Pilat Fruit de saison BIO	Aiguillettes panées blé emmental Poêlée de légumes Petit suisse sucré Gâteau à la banane du chef	Macaronis BIO et râpé Compote et galette St Michel (ST) Concombre BIO façon tzatziki	Repas fin d'année	
vendredi	Salade de tomates aux échalotes Galette végétale à la provençale Courgette persillées Petit suisse BIO aromatisé Gâteau aux pépites au chocoat	Filet de poisson frais à la Dijonnaise Purée de pomme de terre Mont Lacaune au Fénu grec Glace bâtonnet Liégeois au chocoat	Salade appertisée riz/thon (ST) Liégeois au chocoat		

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 !