SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici

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

Menu Saussan

	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 ** (Semoule BIO et légumes couscous) Saint Nectaire Liégeois à la vanille	Friand au fromage Paupiette de veau au jus Chou-fleur béchamel Comté 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 Sauté de veau sauce forestière 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	Salade verte BIO Cheesburger Frites et ketchup Yaourt aromatisé Donuts Menu USA	Hachis parmentier ** Coulommiers BIO Compote pomme fraise	Salade verte BIO Saucisse de Toulouse * Lentilles au jus Plateau de fromages Compote pomme abricot
MERCREDI	Carottes râpées à l'orange Steak haché au jus Macaronis BIO Edam Flan vanille nappé caramel	Cake du chef chèvre miel Filet de poulet à la crème Carottes au curry Fromage blanc nature Fruit de saison BIO	Concombre en salade Filet de lieu sauce oseille Farfalle Chaource Compote de pomme BIO	Betteraves BIO au curcuma Sauté de porc au curry * Riz pilaf Petit suisse sucré Fruit de saison	Salade de pomme de terre Moussaka de courgettes du chef ** 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 Sauté de bœuf au jus Blé Cantal Compote de pommes bananes BIO	Ascension	Tomate en salade Sauté de volaille au paprika Poêlée arlequin Yaourt nature BIO Gâteau aux noisettes du chef	Melon (HO) Filet de hoki sauce oseille Chou-fleur persillés Fromage blanc BIO Glace en pot
VENDREDI	Salade verte BIO Escalope de volaille sauce crème Petits pois au jus Gâteau aux myrtilles du chef	Au bord de la mer Melon Bourride de poisson Pommes vapeur Chanteneige BIO Crème catalane du chef		Céleri râpé vinaigrette Filet de poisson frais sauce estragon Tortis BIO Montboissié Crème dessert chocolat	Salade de tomate et maïs Nugget's végétal et ketchup Pennes 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	Terrine de campagne et cornichons * Blanquette de volaille Fraich'attitude Haricots verts persillés Yaourt local nature Fruit de saison BIO	Betteraves BIO au curcuma Tortellini épinard sauce tomate ** Fruit de saison	Coupelle de pâté de volaille (ST) Cordon bleu Carottes fraiches sautées Brie Fruit de saison BIO	Melon (HO) Sauté de volaille à la mexicaine Ratatouille fraîche et riz BIO Compote pomme cassis
MARDI	Carottes râpées Emincé de veau aux 4 épices Coquillette BIO Camembert Mousse au chocolat	Repas froid Melon (HO) Rôti de volaille et mayonnaise Taboulé (accompagnement) Fromage blanc sucré Compote pomme BIO	Salade d'haricots verts 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) Boulette de bœuf au jus Semoule BIO Tomme blanche Compote de poires	Salade de pois chiches à la marocaine Chipolata * Petit pois au jus Emmental Fruit de saison BIO	Crêpe au fromage Paupiette de veau sauce forestière Poêlée provençale Yaourt nature BIO Fruit de saison	Tomate BIO en salade Steak haché au jus Pâtes Petit suisse aromatisé Fruit de saison
JEUDI	Filet de cabillaud sauce julienne Riz de camargue Bûche du Pilat Fruit de saison BIO	Tomates en salade BIO Sauté de bœuf aux oignons 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 Courgette persillées Petit suisse BIO aromatisé Gâteau aux pépites au chocaot	Salade verte BIO Filet de poisson frais à la Dijonnaise Purée de pomme de terre Mont Lacaune au Fénugrec Glace bâtonnet	Concombre BIO façon tzatizki Raviolis (ST) 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