SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | Du 07 Mars au 22 Avril 2022

Menu Aniane

	Du 07 Mars au 11 Mars	Du 14 mars au 18 Mars	Du 21 mars au 25 Mars	Du 28 Mars au 1 Avril
LUNDI	Velouté de légumes maison Tortilla de pomme de terre Haricots verts BIO persillés Brie Fruit de saison	Taboulé BIO Paupiette de veau sauce moutarde Gratin de poireaux et pomme de terre Plateau de fromage Fruit de saison	Salade de pomme de terre Fricadelle de bœuf sauce tartare Haricots verts persillés Tomme blanche Fruit de saison BIO	Salade de pois chiches à la marocaine Filet de poulet aux herbes Pôelée de légumes Fromage blanc nature Fruit de saison BIO
MARDI	Carottes râpées Curry de poisson au lait de coco Riz pilaf BIO Vache qui rit Compote de poire	Céleri sauce cocktail Tortellinis épinards sauce tomate ** Fraidou Compote de pomme BIO	Salade de chou-fleur Poisson meunière Tortis BIO Yaourt sucré Fruit de saison	Céleri rémoulade Macaronis à la carbonnara et râpé** * Verchicors Compote de pomme BIO
MERCREDI	Pizza au fromage du chef Saucisse de Lozère* Purée de panais Petit suisse BIO aromatisé Fruit de saison	Betteraves au curcuma BIO Hachis parmentier** Petit suisse sucré Fruit de saison	Salade de lentilles Sauté de volaille au paprika Poêlée de légumes Chanteneige BIO Liégeois chocolat	Salade mexicaine (haricots rouges, maïs) Boulette de bœuf au jus Gratin de chou-fleur Gouda Fruit de saison BIO
JEUDI	Radis beurre Rôti de veau à la crème Semoule BIO Edam Crème dessert chocolat	Chou chinois BIO en salade Filet de colin à la crème Beignet de salsifis Yaourt nature local Gâteau aux pommes du chef	Salade croquante du jardin Gardianne de taureau Au coeur de la camargue Riz de camargue BIO Lou Mirabel Fougasse à la fleur d'oranger	Macédoine mayonnaise Cœur de merlu sauce tomate Pomme de terre persillées Yaourt nature BIO Fruit de saison
VENDREDI	Salade de pépinettes Emincé de volaille sauce forestière Gratin de chou-fleur Fromage blanc nature Fruit de saison BIO	Salade verte BIO Wings de poulet sauce barbecue Potatoes TEX Carré de l'est MEX Flan vanille nappé caramel	Crêpe aux champignons Pavé fromager Purée de brocolis Petit suisse aromatisé BIO Fruit de saison	Salade verte Curry de lentilles Blé BIO Saint Morêt Gâteau à la pâte tartiner du chef

	Du 4 Avril au 8 Avril	Du 11 Avril au 15 Avril	Du 18 Avril au 22 Avril
LUNDI	Salade d'haricots verts Seiche à l'armoricaine Riz pilaf BIO Saint Paulin Fruit de saison	Taboulé BIO Emincé de dinde à la provençale Duo d'haricots verts Cantafrais Flan au chocolat	LUNDI DE PÂQUES
MARDI	Salade de coleslaw Rôti de dinde à l'Italienne Semoule BIO Vache GrosJean Compote de pomme	Salade verte BIO Boulette d'agneau au jus Farfalles Cantal Compote de pomme coing	Macédoine mayonnaise Stifado de bœuf Pomme de terre sautées Yaourt nature local Fruit de saison BIO
MERCREDI	Salade de lentilles Sauté de porc au curry* Poêlée de légumes verts Yaourt nature BIO Fruit de saison	Betteraves en salade Steak haché au jus Boulghour Fromage blanc BIO nature Fruit	Friand au fromage Sauté de volaille à la provençale Petit pois au jus Petit suisse BIO aromatisé Fruit
JEUDI	Chou chinois en salade Omelette du chef Gratin de brocolis BIO Petit suisse sucré Gâteau au yaourt du chef	Œuf dur en mayonnaise Quenelle en gratin Purée de courge BIO Coulommiers Fruit	Carottes râpées BIO au citron Parmentier de poisson ** Emmental Compote de poire
VENDREDI	Salade de pâtes BIO Bœuf bourguignon Carottes sautées aux oignons Tomme de Lozère Fruit de saison	Salade chou-fleur Filet de hoki sauce julienne Pâques Semoule BIO Petit suisse sucré Gâteau de pâques du chef et œufs en chocolat	Salade Iceberg BIO Chili végétarien (Riz pilaf) Tartare nature Crème à la vanille

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

* Contient du porc ** Plat complet

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 !