

MENUS '4 SAISONS' | DU 02 septembre 2019 AU 25 octobre 2019

Menu 1 Compo BIO par jour sans mercredi

	Du 02 septembre AU 06 septembre	Du 09 septembre AU 13 septembre	Du 16 septembre AU 20 septembre	Du 23 septembre AU 27 septembre
lundi	B Carottes râpées BIO aux ruisins secs Lasagnes au saumon** Ptit cottenin nature Compote de poires (ind)	Crêpe au fromage Sauté de porc au paprika*/ volaille au paprika B Gratin de courgettes BIO Velouté nature Fruit de saison	B Salade de blé BIO à l'orientale Omelette nature Gratin de brocolis Emmental Fruit de saison	B Racis BIO nature Steak végétal tomate mozzarella Purée au potiron Ptit suisse sucré Beignet au chocolat
mardi	Salade de riz Galette de soja à la provençale B Gratin de choux-fleurs BIO Bûche du Pilat Fruit de saison	Chou blanc vinaigrette Filet de lieu sauce crème Farfalles Fromage blanc nature B Compote de pommes abricots BIO (ind)	Color sauce cocktail Filet de lieu sauce ciboulette Carottes fraîches aux oignons Faisselle BIO Gâteau de semoule nappé caramel (ind)	B Tomate BIO crac'sel Sauté de bœuf façon Bourguignon Tortis Tomme Blanche Compote de pommes coings
jeudi	Terrine de campagne*/ Roulade de volaille Blanquette de veau Poêlée de légumes et pommes Ptit suisse aromatisé BIO Gâteau du chef aux poires	Concombres à la menthe Cordon bleu de volaille Haricots beurre à fail Camembert BIO Gaufre légeoise	ÎLES GRECQUES Salade grecque (olive, tomates, concombres, feta) Poulet façon lemonato (au citron) Pois chiches aux légumes Yaourt grec Gâteau du chef à l'orange	B Macédoine BIO mayonnaise CARRY de porc*/ carry de volaille Potatoes Yaourt aromatisé Fruit de saison
vendredi	B Salade de haricots verts BIO Filet de colin sauce ensoleillée Semoule Yaourt nature Flan vanille nappé caramel (ind)	Salade de tomates et maïs Falafels menthe et coriandre Poêlée multicolore (pommes de terre, carottes...) Fraidou B Fruit BIO de saison	Pizza au fromage Nugget's végétal Poêlée de légumes BIO (carottes, champignons, salsifis) Vache qui rit Fruit de saison	B Chou blanc vinaigrette Filet de lieu sauce ciboulette Courgettes BIO au parmesan Croclait Tarte au flan
lundi	Du 30 septembre AU 04 octobre B Taboulé BIO Rôti de porc aux herbes*/ de volaille Purée de courgettes Saint paulin Liegeois chocolat	Du 07 octobre AU 11 octobre S Salade de choux-fleurs BIO Stifado de bœuf Spirales St Nectaire Savoureuse mousse au caramel beurre salé	Du 14 octobre AU 18 octobre B Salade de haricots verts BIO Sauté de volaille sauce forestière Purée de patate douce Ptit cottenin ail et fines herbes Fruit de saison	
mardi	B Cèleri rapé aux pommes Steak haché sauce diable Petits pois BIO au jus Vache Picon Fruit de saison	A Accras de morue Axoa de porc*/ de volaille Aubergines et courgettes en gratin Avalanche de fromage blanc BIO Ananas aux épices	Salade craquelons, fromage Pané sarrasin lentilles poireaux Courgettes basquaises Gouda B Compote de pommes BIO	
jeudi	Crêpe aux champignons Brandade de poisson du chef** Bleu B Fruit BIO de saison	N Terrine de campagne*/ Terrine de poisson Tajine de poisson Trio de légumes BIO Tartare ail et fines herbes Tarte au citron	Salade coleslaw Sauté d'agneau aux herbes Boullghour aux petits légumes Ptit suisse aromatisé BIO Fruit de saison	
vendredi	B Carottes râpées à l'orange Emincé de volaille sauce safranée Haricots blancs à la tomate Fromage blanc nature Compote de pommes bananes BIO	E Endives sauce gribiche Emincé de volaille basquaise Elysotto aux polvrons Emmental BIO Entremet au chocolat	B Concombres tzatziki Poisson meunière et sauce aioli Epinards hachés BIO à la crème Coulommiers Brownies	

ACTUALITÉ

1 Français sur 5 est en situation de précarité alimentaire !



C'est le constat alarmant dressé par l'Institut du 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 !