SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | DU 07 JUILLET 2025 AU 03 AOÛT 2025 |

Menu grands Egalim - Déjeuner

	Du 07 juil. au 13 juil.	Du 14 juil. au 20 juil.	Du 21 juil. au 27 juil.	Du 28 juil. au 03 août
LUNDI	Macédoine vinaigrette Chili con carne Riz pour le chili Camembert BIO Compote pomme fraise MEXICAIN		Salade de pâtes tricolores Sauté de boeuf frais à la provencale Carottes BIO de la légumerie de Dijon Edam Fruit de saison	Boulghour en salade Omelette aux herbes du chef Julienne de légumes Yaourt aromatisé Fruits BIO de saison
MARDI	Pastèque Brandade de poisson du chef Vache qui rit BIO Compote de pommes du chef	Céleri râpé vinaigrette Filet de poisson sauce crème Farfalles Petit suisse BIO aromatisé Fruits BIO de saison	Salade de haricots verts Filet de poisson sauce crème Purée de pommes de terre Yaourt aromatisé Compote pomme fruits rouges du chef	Carottes râpées fraiches Sauté de bœuf au jus Semoule BIO Kiri Compote de pommes
MERCREDI	Gaspacho du chef Omelette BIO du chef Petits pois et carottes Petit suisse sucré Fruits BIO de saison	Melon Rôti de Porc Froid Salade de haricots verts Camembert BIO Tarte au flan REPAS FROID	Betteraves vinaigrette Omelette aux herbes du chef Lentilles mijotées aux oignons Fromage blanc BIO d'Adèle Fruits BIO de saison	Betteraves vinaigrette Filet de poulet froid Salade de riz du chef Coulommiers Fruits BIO de saison REPAS FROID
JEUDI	Taboulé Boeuf bourguignon frais Ratatouille du chef Yaourt nature Fruits BIO de saison	Salade de pommes de terre aux échalotes Quenelle à la sauce tomate Poêlée de courgettes fraiches persillées P'tit cottentin ail et fines herbes Fruits BIO de saison	Salade de tomates fraîches Rôti de volaille froid Salade de pâtes Vache qui rit BIO Compote de pomme cassis REPAS FROID	Melon Quenelle à la sauce tomate Purée de pommes de terre Comté de la maison Benoit (39) Compote pomme abricot
VENDREDI	Salade de tomates fraîches Rôti de Porc Froid Salade de pâtes Moelleux d'Arinthod Compote pomme pêche REPAS FROID	Carottes râpées fraiches Emincé de volaille au miel Riz cantonnais Yaourt BIO d'Adelle Compote de poires CHINOIS	Concombres frais en salade Sauté de porc IGP à la tomate (BFC) Riz BIO Saint paulin Compote pomme abricot	Salade de pommes de terre au curry Filet de poisson sauce crème Epinards hachés à la crème Yaourt nature Fruit de saison

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU

LOCAL DU CHEF LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *

Recette anti-gaspi'

Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !

10M de tonnes d'aliments sont jetés par an. Pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

CHIPS D'ÉPLUCHURES DE LÉGUMES

Ingrédients :

- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !

SHCB

J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | DU 04 AOÛT 2025 AU 31 AOÛT 2025 |

Menu grands Egalim - Déjeuner

	Du 04 août au 10 août	Du 11 août au 17 août	Du 18 août au 24 août	Du 25 août au 31 août
LUNDI	Salade de maïs au curry Sauté de volaille au jus Epinards hachés à la crème Yaourt aromatisé Fruits BIO de saison	Melon Poulet caraïbes Riz safrané BIO Petit suisse BIO Compote de pommes BIO du chef VACANCES	Taboulé BIO du chef Filet de poisson sauce estragon Chou fleur à la béchamel Tomme blanche Fruit de saison	Pastèque Cube de poisson sauce basquaise Pommes de terre persillées Yaourt nature BIO Compote pomme framboise
MARDI	Tomates en salade Jambon blanc Penne regate Yaourt nature BIO Purée de pommes abricots BIO	Salade de pâtes BIO Sauté de porc au jus Ratatouille du chef Cantal AOP Fruit de saison	Betteraves BIO en salade Sauce bolognaise Purée de pommes de terre Fromage blanc BIO Fruit de saison	Salade de tomates fraîches Filet de poisson Salade de pommes de terre Yaourt nature Compote de pommes REPAS FROID
MERCREDI	Boulghour en salade Colombo de volaille label rouge Julienne de légumes Petit suisse BIO Fruit de saison	Tomates en salade Thon au naturel (froid) Pommes de terre en salade Fromage blanc BIO Purée pomme fraise REPAS FROID	Pastèque Oeufs durs Salade de lentilles Petit Moulé Nature Purée de pêches sans sucre REPAS FROID	Carottes râpées fraiches Sauté de porc IGP à la tomate (BFC) Petits pois au jus Petit suisse aromatisé Fruits BIO de saison
JEUDI	Salade de riz BIO Cubes de poisson sauce à l'oseille Haricots beurre persillés Bûche du pilat Gâteau du chef framboise et speculoos	Macédoine vinaigrette Tortellini aux épinards Emmental BIO Fruit de saison	Cake aux carottes du chef Filet de colin sauce citron Haricots verts BIO persillés Camembert Fruit de saison	Concombre à la ciboulette Pennes à la bolognaise Emmental râpé Compote pommes melon maison
VENDREDI	Taboulé Stifado de boeuf (frais, français) Petits pois au jus Chanteneige BIO Fruit de saison		Carottes râpées vinaigrette Tajine de boeuf Gnocchis Yaourt nature BIO Compote pommes cassis	Taboulé BIO du chef Quenelle à la sauce tomate Ratatouille du chef Mimolette Fruit de saison

Recette anti-gaspi'

Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !

10M de tonnes d'aliments sont jetés par an. Pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

CHIPS D'ÉPLUCHURES DE LÉGUMES

Ingrédients :

- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU

LOCAL DU CHEF LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *