SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | DU 23 FÉVRIER 2026 AU 22 MARS 2026 |

Menu mixé 2 composantes leg/comp - Déjeuner

	Du 23 févr. au 01 mars	Du 02 mars au 08 mars	Du 09 mars au 15 mars	Du 16 mars au 22 mars
LUNDI	Purée de carottes Compote de poires	Purée de brocolis Compote pomme ananas	Purée de haricots verts Compote pomme abricot	Purée de carottes Compote pomme ananas
MARDI	Purée de haricots verts Compote pomme framboise	Purée de potiron Compote pomme framboise	Purée florentine Compote pomme cassis	Purée de chou romanesco Compote pomme cassis
MERCREDI	Purée de chou romanesco Compote de pommes	Purée de carottes Compote de pommes	Purée de céleri Purée pomme pruneau sans sucre	Purée de brocolis Compote de poires
JEUDI	Purée de potiron Compote pommes caramel du chef	Purée de céleri Purée de pommes coings	Purée de petits pois Compote de Pommes **BIO**	Purée de céleri Compote de pommes
VENDREDI	Purée de petits pois Compote pomme abricot	Purée d'haricots beurre Compote de poires	Purée de carottes Compote pomme banane	Purée de navets Purée de pommes coings

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

SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | DU 23 MARS 2026 AU 5 AVRIL 2026 |

Menu mixé 2 composantes leg/comp - Déjeuner

	Du 23 mars au 29 mars	Du 30 mars au 05 avr.
LUNDI	Purée de carottes Compote de pommes	Purée de navets Compote de Pommes BIO
MARDI	Purée florentine Compote pomme banane	Purée de chou romanesco Compote pomme banane
MERCREDI	Purée dubarry Compote de pommes citron du chef	Purée florentine Compote pomme cassis
JEUDI	Purée de haricots verts Compote pomme abricot	Purée de haricots verts Compote pomme menthe du chef
VENDREDI	Purée de céleri Compote pomme ananas	Purée de carottes Purée de pommes coings

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