SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici



MENUS '4 SAISONS' | DU 21 DÉCEMBRE 2026 AU 3 JANVIER 2027 |

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

	Du 21 déc. au 27 déc.	Du 28 déc. au 03 janv.
LUNDI	Salade de boulghour BIO Sauté de porc IGP à la moutarde * Epinards BIO à la crème Yaourt nature BIO Fruit BIO de saison	Salade coleslaw Emincé de volaille sauce forestière Riz BIO Fraidou Purée de pommes bananes BIO
MARDI	Carottes râpées BIO Omelette aux herbes du chef Pommes de terre persillées Edam Beignet aux pommes VÉGÉTARIEN	Cake au fromage Quenelle sauce aurore Brocolis BIO persillés Camembert BIO Fruit BIO de saison VÉGÉTARIEN
MERCREDI	Velouté de patate douce du chef Filet de poisson pané et citron Haricots verts persillés Fromage blanc aromatisé Fruit BIO de saison	Velouté de légumes du chef Lasagnes bolognaise Tomme blanche Flan vanille
JEUDI	Macédoine Mayonnaise Cordon bleu Lentilles BIO mijotées aux oignons Gouda Compote pomme abricot	Céleri BIO sauce cocktail de la légumeri de Dijon Macaroni à la carbonara * et râpé Emmental râpé Tarte normande du chef
VENDREDI		

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