SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici



MENUS '4 SAISONS' | DU 30 NOVEMBRE 2026 AU 20 DÉCEMBRE 2026 |

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

	Du 30 nov. au 06 déc.	Du 07 déc. au 13 déc.	Du 14 déc. au 20 déc.
LUNDI	Salade coleslaw BIO Boulettes de boeuf sauce tomate Torti BIO Bûchette mélangée Fruit BIO de saison	Salade de blé BIO Calamars à la romaine Haricots verts BIO persillés Mimolette Flan vanille nappé caramel	Chou blanc frais vinaigrette Omelette Riz à la tomate Camembert Fruit BIO de saison
MARDI	Salade de haricots verts BIO Omelette Petits pois au jus Chanteneige Flan chocolat VÉGÉTARIEN	Salade de perles Emincé de volaille à la moutarde de Fallot Carottes fraiches BIO vichy Yaourt nature Compote pomme fraise	Salade verte fraiche Hachis parmentier Tartare nature Fruit
MERCREDI	Cake au fromage Sauté de volaille aux olives Brocolis meunière Petit suisse BIO aromatisé Compote pomme pêche	Salade iceberg Choucroute Alsacienne * Pommes de terre nature Munster AOP Fruit BIO de saison	Macédoine Mayonnaise Poisson meunière Chou romanesco à la crème Fromage blanc nature Margotine noisette cacao "Mistral"
JEUDI	Pâté de foie Filet de poisson sauce crème Gratin de poireaux frais et pommes de terre Emmental BIO Fruit BIO de saison	Velouté de légumes du chef Gratin de pâtes à la cancoillotte et dés de volaille Fromage blanc aromatisé Fruit BIO de saison	Gougères au fromage Noisettes de poulet sauce pain d'épices Mulot et Petitjean Pommes Duchesse Bûche de Noël du chef Clémentine et papillotes
VENDREDI	Velouté de patate douce du chef Cannellonis à la tomate Yaourt BIO d'Adelle Cake d'anniversaire du chef au yaourt	Betteraves BIO en salade Pavé fromager Semoule BIO Pont L'Evêque AOP Tarte au flan Sauce tomate VÉGÉTARIEN	Céleri sauce fromage blanc Quenelles BIO à la sauce tomate Coquillettes BIO Saint paulin Compote pomme framboise VÉGÉTARIEN

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