SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici



MENUS '4 SAISONS' | DU 2 NOVEMBRE 2026 AU 29 NOVEMBRE 2026 |

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

	Du 02 nov. au 08 nov.	Du 09 nov. au 15 nov.	Du 16 nov. au 22 nov.	Du 23 nov. au 29 nov.
LUNDI	Cake au fromage Raviolis de boeuf Vache qui rit BIO Flan vanille nappé caramel	Pâté de foie Boulettes de boeuf sauce tomate Flageolets à l'ail Tartare nature Fruit	Salade iceberg Tartiflette * Compote pomme ananas Madeleine longues pur beurre "Mistral"	Rosette Cordon bleu Lentilles mijotées aux oignons Coulommiers Fruit
MARDI	Macédoine Mayonnaise Omelette aux herbes du chef Purée de courges BIO Bûchette mélangée Fruit VÉGÉTARIEN	Chou blanc savoyard Rôti de porc à la moutarde * Semoule BIO Gouda Compote de poire	Salade coleslaw BIO Filet de colin sauce curry Coquillettes BIO Saint nectaire Fruit	Céleri râpé frais BIO rémoulade Jambon blanc* Purée de pommes de terre Yaourt nature Fruit BIO de saison
MERCREDI	Céleri râpé frais BIO sauce cocktail Sauté de volaille au paprika Haricots verts BIO à l'ail Fromage blanc nature Tarte normande du chef		Velouté de légumes du chef Gratin de poulet au riz et légumes façon basquaise Fromage blanc BIO d'Adèle Fruit	Taboulé BIO Filet de poisson pané et citron Epinards BIO et croûtons Emmental Beignet aux pommes
JEUDI	Carottes râpées BIO de la légumerie de Dijon Boeuf bourguignon frais HVE Pommes vapeur Comté de la maison Benoit (39) Fruit	Salade de pommes de terre Quenelle sauce aurore Carottes fraiches BIO vichy Tomme des Pyrénées Fruit VÉGÉTARIEN	Salade de blé BIO Chipolatas au jus* Gratin de brocolis BIO Brie Crème à la vanille	Velouté de légumes du chef Macaronis sauce fromagère (Mac and Cheese) Sauce fromagère (cheddar) Purée de pommes fleur d'oranger du chef Margotine noisette cacao "Mistral" VÉGÉTARIEN
VENDREDI	Betteraves BIO en salade Filet de colin sauce citron Gratin de chou fleur BIO Yaourt aromatisé Purée de pomme vanille du chef	Potage grand-mère du chef Gratin de volaille et légumes d'automnes au chataigne Yaourt nature Compote pomme fruits rouges du chef LE PETIT CHAPERON ROUGE	Salade de pâtes BIO Pavé fromager Haricots verts BIO à l'ail Yaourt nature Gâteau au chocolat du chef VÉGÉTARIEN	Betteraves BIO en salade Poulet Gaston Gérard Pommes noisettes Gouda Crème dessert BIO chocolat d'Adelle

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