SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | DU 24 AVRIL 2023 AU 07 MAI 2023 |

Menu standard - Déjeuner

	Du 24 avr. au 30 avr.	Du 01 mai au 07 mai
LUNDI	Friand au fromage Stifado de boeuf Choux fleur braisés Fruit BIO de saison	
MARDI	Betteraves en salade Omelette du chef Macaronis BIO Brie	Salade coleslaw Chipolatas * Purée de pommes de terre Mousse au chocolat
MERCREDI	Carottes râpées vinaigrette Sauté de volaille aux 4 épices Riz camarguais BIO Flan vanille nappé caramel	Mousse de foie et cornichon Cordon bleu Gratin de Légumes Camembert
JEUDI	Salade de saison Nugget's de volaille Purée de panais Gâteau aux pépites de chocolat du chef	Céleri râpé vinaigrette Blanquette de volaille Coquillettes BIO Compote de pommes BIO
VENDREDI	Velouté de légumes BIO Filet de hoki sauce à l'oseille Boulghour Fruit BIO de saison	Cake maison aux tomates et chèvre Filet de lieu sauce ciboulette Brocolis meunière Yaourt nature

La pyramide alimentaire

Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
Les céréales
Les fruits et légumes
Les laitages
La viande, le poisson, les œufs
Les matières grasses
Les sucreries

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU

LOCAL | DU CHEF | LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *