

MENUS '4 SAISONS' | DU 06 janvier 2020 AU 21 février 2020

Menu Vias Alternatif

	Du 06 janvier AU 10 janvier	Du 13 janvier AU 17 janvier	Du 20 janvier AU 24 janvier
lundi	Céleri BIO râpé mayonnaise Nugget's végétales Potato pop et ketchup Mimolette Compote de pommes (ind) Velouté crécy	Betteraves BIO vinaigrette à l'ancienne Pané blé épinards Macaronis Plateau de fromages Fruit de saison	Taboulé BIO Aiguillette panée blé et emmental Petits pois au jus Buche de chèvre Fruit de saison
mardi	Tortellini épinards sauce tomate** Emmental Fruit de saison BIO	Salade de boulghour Calamars à la romaine sauce tartare Poêlée bretonne (chou fleur et brocolis) Petit suisse aromatisé Fruit BIO de saison	Velouté de brocolis Filet de lieu sauce safranée Gratin de crozets Fromage blanc BIO Fruit de saison
mercredi	Endives sauce tartare Galette provençale Carottes BIO persillées Fromage blanc battu Galette des rois	Salade coleslaw BIO Boulettes végétales Jardinière de légumes P'tit cottentin nature Beignet aux pommes Velouté de légumes	Salade de lentilles aux échalotes Filet de colin à l'estragon Purée de courges BIO Yaourt aromatisé Ananas au sirop
jeudi	Salade de pommes de terre Cœur de merlu sauce ciboulette Chou fleur braisé Pointe de Brie Fruit BIO	Gratin de salsifis et pomme de terre Yaourt local sucré Fruit BIO de saison	Carottes râpées à l'orange Galette sarrasin lentilles poireaux Semoule BIO Fromage ail et fines herbes Gâteau pâte à tartiner
vendredi	Radis croc sel Filet de colin sauce julienne Haricots blancs au jus Chanteneige BIO Galette des rois ÉPIPHANIE	Salade verte BIO Filet de colin au basilic et huile d'olive Riz pilaf Tomme de Lozère Flan vanille nappé caramel	Pizza au fromage maison Omelette maison Épinards branches BIO et croûtons Comté Fruit de saison
lundi	NOUVEL AN CHINOIS Chou chinois sauce sucré salé Boulettes de blé façon thai Riz pilaf Camembert BIO Mousse noix de coco	CHANDELEUR Crêpe au fromage Tortilla Haricots beurres à l'ail Petit suisse aromatisé BIO Crêpe au chocolat	
mardi	Velouté d'épinards Filet de hoki pané et citron Carottes persillées Fromage blanc BIO Fruit de saison	La Réunion Achards de légumes (carottes, haricots verts, chou) Samoussa de légumes Riz BIO créole Fraidou Liégeois coulis de mangue	
mercredi	Salade verte Cœur de merlu sauce oseille Pommes vapeurs fromage à raclette Compote de poires BIO Betteraves BIO en salade	Carottes râpées Parmentier de poisson du chef ** Edam BIO Compote de pommes Velouté de poireaux pommes de terre	
jeudi	Nuggets végétaux Haricots verts à l'ail Petit suisse aromatisé Tarte aux pommes du chef Salade de pépinettes	Pané blé épinards Coquillettes Encalat du Larzac Fruit BIO de saison	
vendredi	Boulettes tomate mozzarella Purée 3 légumes Plateau de fromages Fruit BIO de saison	Friand au fromage Aiguillette panée blé et emmental Gratin de brocolis Yaourt local nature Fruit BIO de saison	

ACTUALITÉ

1 Français sur 5 est en situation de précarité alimentaire !



C'est le constat alarmant dressé par l'Institut de Sondage IPSOS pour le Secours Populaire (09/2018).

En partenariat avec élus & associations de parents d'élèves, SHCB agit en proposant quotidiennement des menus équilibrés & sains

C'est aussi cela ...
... Favoriser la réussite & l'égalité des chances !