SHCB

J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | DU 28 AVRIL 2025 AU 25 MAI 2025 |

Menu maternelle végétarien

	Du 28 avr. au 04 mai	Du 05 mai au 11 mai	Du 12 mai au 18 mai	Du 19 mai au 25 mai
LUNDI	Betteraves BIO en salade Lentille BIO sauce forestière Poêlée cordiale Pommes noisettes Emmental Fruit de saison	Tomate en salade Saucisse végétale Lentilles au jus BIO Navets sauce tomate Vache picon Fruits BIO de saison	Salade tomates et maïs Samoussa de légumes Courgettes persillées Purée de pommes de terre Bûchette mélangée Compote de Pommes BIO	Salade de pépinettes Crique au Cantal Carottes persillées Haricots blancs à la tomate Petit suisse BIO aromatisé Fruits BIO de saison
MARDI	Macédoine Mayonnaise Pois chiches BIO à la tomate Légumes couscous Semoule BIO P'tit cottentin nature Fruit de saison	Carottes râpées Nuggets végétal Boulghour aux petits Légumes Courgettes sauce tomate Lou mirabel Eclair au chocolat	Chou chinois en salade Tortillas pomme de terre et oignons Petits pois et carottes au jus Polenta Fromage blanc BIO Fruits BIO de saison	Betteraves BIO en salade Galette végétale tomate mozzarella Blé aux oignons Poêlée provencale Camembert Glace bâtonnet
MERCREDI	Céleri remoulade Samoussa de légumes Blé aux oignons Carottes persillées Yaourt nature BIO Gâteau du chef aux pommes	Crêpe au fromage Haricots rouges BIO sauce tomate Ratatouille Riz camarguais Brie Fruit de saison	Concombre à la ciboulette Sauce à la mexicaine BIO Pâtes BIO Poêlée forestière Fromage fondu le carré Flan vanille nappé caramel	Taboulé Boulettes de pois chiches Choux fleurs persillés Purée aux 3 légumes Yaourt nature BIO Fruit de saison
JEUDI			Salade verte BIO Pavé fromager Pommes vapeur Ratatouille du chef Yaourt nature BIO Gâteau aux pépites de chocolat du chef	Concombre en salade Lentilles BIO aux oignons Navets sauce tomate Riz camarguais BIO Tomme des Pyrénées Compote pomme vanille du chef
VENDREDI	Salade verte BIO Tortellini épinards sauce tomate et râpé Piperade Camembert Compote pomme fraise	Betteraves BIO en salade Pavé fromager Coquillettes Haricots verts persillés Petit suisse BIO aromatisé Fruits BIO de saison	Macédoine Mayonnaise Pois chiches aux légumes couscous BIO Boulghour Légumes couscous Edam Fruit de saison	Tomate croc' sel Galette lentilles boulghour et légumes Pommes noisette et ketchup Carré frais BIO Brownies du chef

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 *

SHCB

J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | DU 26 MAI 2025 AU 22 JUIN 2025 |

Menu maternelle végétarien

	Du **26 mai** au **01 juin**	Du 02 juin au 08 juin	Du **09 juin** au **15 juin**	Du **16 juin** au **22 juin**
LUNDI	Lentille BIO en salade Bâtonnet croustillant blé et carotte Gratin de courgettes Quinoa Saint paulin Fruits BIO de saison	Tomates BIO croc' sel Tortellini épinards sauce tomate et râpé Poêlée cordiale Chantaillou Compote pommes abricots		Salade de perles Dahl de lentilles corails Beignets de salsifis Riz camarguais Tomme blanche Glace bâtonnet
MARDI	Melon Haricots rouges BIO au paprika Pommes de terre sautées Ratatouille Chanteneige BIO Compote de poires BIO	Salade de pépinettes Galette lentilles boulghour et légumes Petits pois au jus Riz camarguais Yaourt nature BIO Fruit de saison	Pastèque BIO Boulettes de pois chiches Aubergines en gratin Purée de pommes de terre Carré frais BIO Compote pomme framboise	Salade de haricots verts Haricots rouges BIO aux 4 épices Epinards branches et croûtons Pommes vapeur Yaourt nature BIO Fruits BIO de saison
MERCREDI	Salade de pâtes BIO Tortillas pomme de terre et oignons Boulghour Epinards branches et croûtons Fromage blanc BIO Fruit de saison	Melon Tajine de pois chiches BIO Ratatouille Semoule BIO Bûche du pilat Glace petit pot	Friand au fromage Galette de quinoa à la provençale Carottes persillées Riz camarguais Petit suisse BIO aromatisé Fruit de saison	Melon Omelette BIO du chef Boulghour Petits pois au jus Vache qui rit Compote de poires BIO
JEUDI		Macédoine Mayonnaise Pavé fromager Piperade Purée de pommes de terre Coulommiers Fruits BIO de saison	Taboulé Omelette BIO du chef Pâtes Ratatouille Mont lacaune Ile flottante	Gaspacho Boulettes de pois chiches Gratin de courgettes BIO Haricots blancs au jus Tartare nature Gâteau basque
VENDREDI		Concombre à la ciboulette Samoussa de légumes Haricots verts persillés Polenta Fromage blanc BIO Clafoutis aux cerises du chef EXPRESSION CERISE	Betteraves en salade Tortellini épinards sauce tomate et râpé Poêlée de légumes rustiques Yaourt nature BIO Fruit de saison	Concombre en salade Pois chiches aux légumes couscous BIO Légumes couscous Semoule BIO Tomme grise d'Auvergne Fruit de saison

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 *

SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | DU 23 JUIN 2025 AU 06 JUILLET 2025 |

Menu maternelle végétarien

	Du 23 juin au 29 juin	Du 30 juin au 06 juill.
LUNDI	Tomate croc' sel Saucisse végétale Haricots verts persillés Purée de pommes de terre Yaourt nature BIO Fruits BIO de saison	Melon Raviolis de légumes et râpé Courgettes persillées Carré frais BIO Compote de pommes et galette ST Michel
MARDI	Pastèque Oeufs durs BIO froids Salade de betteraves Salade de pâtes Chanteneige BIO Compote pommes pêche	Betteraves en salade Parmentier de légumes Julienne de légumes Emmental Glace petit pot
MERCREDI	Friand au fromage Galette lentilles boulghour et légumes Polenta Ratatouille Fromage blanc BIO Fruit de saison	Concombre en salade Omelette BIO aux fines herbes Haricots verts BIO persillés Pommes rösti Mont lacaune Fruits BIO de saison
JEUDI	Macédoine Mayonnaise Sauce à la mexicaine BIO Pâtes et râpé Piperade Lou mirabel Fruits BIO de saison	Carottes râpées Blanquette de haricots blancs Aubergines en gratin Riz camarguais Yaourt nature BIO Fruit de saison
VENDREDI	Concombre façon tzatziki Tortillas pomme de terre et oignons Poêlée campagnarde Riz camarguais P'tit cottentin nature Gâteau au chocolat du chef	Tomate croc' sel Hot dog végétarien Chips Petit Filou tubes Fruit BIO de saison VACANCES

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 *