SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | DU 17 JUIN 2024 AU 23 JUIN 2024 |

Menu scolaire Self sans viande - Déjeuner

Du 17 juin au 23 juin

LUNDI	Salade de perles	
	Taboulé BIO du chef	
	Crêpe au fromage	
	Petits pois et carottes au jus	
	Yaourt aromatisé	
	Yaourt de la ferme du Chambon	
	Fruit de saison	
MARDI	Melon	
	Pastèque	
	Dahl de lentilles et carottes à la crème de coco	
	Chanteneige BIO	
	Vache picon	
	Flan chocolat	
	Flan vanille nappé caramel	
MERCREDI		
JEUDI	Carottes râpées vinaigrette	
	Salade verte BIO	
	Thon mayonnaise	
	Salade niçoise	
	Fromage blanc BIO	
	Petit suisse sucré	
	Tarte au flan	
VENDREDI	Céleri râpé frais BIO rémoulade	
	Concombre vinaigrette	
	Nuggets végétal	
	Purée de pommes de terre	
	Edam	
	Emmental BIO	
	Crème onctueuse au chocolat	

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 !

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATION

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU — LOCAL — DU CHEF — LABELS (EGALIM)