SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | DU 10 JUIN 2024 AU 16 JUIN 2024 |

Menu scolaire Self sans porc - Déjeuner

Du 10 juin au 16 juin

LUNDI	Melon	
	Pastèque BIO	
	Nugget's de volaille	
	Frites	
	Fromage fondu le carré	
	Fromage les Fripons	
	Crème à la vanille	
	Crème pralinée	
MARDI	Salade verte BIO	
	Tomate à la croque	
	Filet de poisson meunière	
	Gratin d'aubergines fraiche et pommes de terre	
	Carré du Trièves BIO	
	Saint paulin	
	Fruit BIO de saison	
MERCREDI		
JEUDI	Betteraves BIO en salade	
	Macédoine mayonnaise	
	Chakalaka (h.blancs, pois chiches, légumes) PG	
	Riz BIO	
	Bûchette mélangée	
	Saint nectaire	
	Fruit de saison	
VENDREDI	Carottes BIO râpées vinaigrette	
	Pamplemousse rose	
	Rôti de Volaille Froid et Ketchup	
	Salade de pâtes	
	Yaourt BIO à la vanille	
	Yaourt nature	
	Gâteau aux pépites de chocolat du chef	

Recette anti-gaspi

Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !

10M de tonnes d'aliments son 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'oliv 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)