SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | DU 03 JUIN 2024 AU 09 JUIN 2024 |

Menu scolaire Self sans porc - Déjeuner

Du 03 juin au 09 juin

LUNDI

- Concombre à la ciboulette
- Salade iceberg
- Estouffade de boeuf à la niçoise
- Semoule BIO
- Edam
- Verchicors BIO
- Compote de pommes bananes
- Compote pomme framboise

MARDI

- Betteraves en salade
- Gaspacho
- Œuf dur mayonnaise
- Pommes de terre en salade
- Fromage blanc (ferme du Chambon)
- Yaourt aromatisé
- Fruit de saison

MERCREDI

JEUDI

- Melon jaune
- Pastèque
- Macaroni BIO à la bolognaise
- Chanteneige
- Tartare nature
- Crème chocolat (ferme du Chambon)
- Flan vanille nappé caramel

VENDREDI

- Salade de lentilles aux échalotes
- Taboulé BIO du chef
- Filet de poisson sauce tomate basilic
- Ratatouille du chef
- Brie
- Camembert BIO
- Fruit de saison

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)