SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | DU 15 SEPTEMBRE 2025 AU 21 SEPTEMBRE 2025

Menu scolaire Self sans viande - Déjeuner

Du 15 septembre au 21 septembre

LUNDI
- Boulghour en salade
- Taboulé BIO du chef
- Nuggets végétal
- Brocolis à la béchamel
- Bûchette mélangée
- Camembert
- Crème dessert BIO
- Flan vanille nappé caramel

MARDI
- Salade de pâtes BIO
- Salade de pommes de terre
- Filet de poisson meunière
- Poêlée de courgettes fraiches persillées
- Emmental BIO
- Mimolette
- Fruits BIO de saison

MERCREDI

JEUDI
- Duo de céleri BIO et carottes BIO rémoulade
- Salade espagnole (ratatouille, poivrons, olives)
- Parmentier végétal
- Fromage fondu le carré
- Vache qui rit BIO
- Raisin

VENDREDI
- Duo de choux frais
- Pico de gallo (tomates, oignons, coriande, citron)
- Chili sin carne
- Riz BIO
- Fromage blanc aromatisé
- Yaourt de la ferme du Chambon
- Le pastel de tres leche

FÊTE DES MONTGOLFIÈRE

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 MODIFICATIONS

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