

MENUS '4 SAISONS'

| 06 janvier 2020 AU 21 février 2020

Menu Pays de Limours

	Du 06 janvier AU 10 janvier	Du 13 janvier AU 17 janvier	Du 20 janvier AU 24 janvier
lundi	Salade verte Tortellini épinards sauce crème** Fromage blanc nature Compote de poires BIO (ind)	Salade de brocolis BIO Steak haché BIO sauce barbecue Lentilles mijotées Camembert Fruit de saison	Salade mexicaine (haricots rouges..) Pavé fromager Haricots beurre persillés Saint Nectaire Fruit BIO de saison
mardi	Salade de pommes de terre Sauté de volaille au paprika Carottes fraîches BIO persillées Chanteneige Fruit de saison	Salade de blé BIO à l'orientale Poisson pané et citron Poêlée de légumes frais (carottes, panais) Velouté fruits Fruit de saison	Chou rouge aux pommes Bœuf braisé sauce niçoise Semoule BIO Samos Flan vanille nappé caramel
mercredi	Salade d'endives sauce tartare Paupiette de veau au jus Haricots verts BIO à l'ail Fraidou Galette des rois	CROZIFLETTE Céleri râpé sauce cocktail Croziflette* ** Petit suisse sucré	Potage de légumes Sauté de volaille sauce au curry Coquillettes BIO Yaourt aromatisé
jeudi	Velouté de poireaux pommes de terre Filet de colin sauce julienne Riz créole Saint Nectaire Fruit BIO de saison	Compote de pommes bananes BIO (ind) Coleslaw (chou, carottes) Sauté de veau aux herbes de Provence Macaronis BIO Bûchette mélangée Mousse au chocolat (ind)	Salade verte Assortiment de charcuteries* Pommes vapeurs et fromage à raclette Fromage blanc nature BIO Compote de pommes (ind)
vendredi	Chou blanc mayonnaise Daube de bœuf à la provençale Blettes sauce blanche Yaourt nature BIO Galette des rois	Crêpe au fromage Boulettes de blé façon thaï Epinards béchamel Faisselle Fruit BIO de saison	RACLETTE Salade de boulghour Filet de lieu sauce safranée Gratin de poireaux BIO Saint Paulin Fruit de saison
	ÉPIPHANIE		
lundi	Macédoine BIO mayonnaise Pâtes au thon et sauce tomate** Cantal Fruit de saison	Salade de pâtes BIO Emincé de poulet façon Grand-mère Brocolis persillés Fromage blanc nature Fruit de saison	
mardi	Salade chinoise (salade, tomate, surimi) Poulet sauce soja et miel Wok de légumes Yaourt nature BIO Gâteau noix de coco	NOUVEL AN CHINOIS Céleri râpé sauce cocktail Crêpe au fromage Epinards hachés BIO à la crème Velouté nature Crêpe au chocolat	
mercredi	Taboulé Palette de porc à la dijonnaise* Purée de courges Emmental BIO Fruit de saison	CHANDELEUR Betteraves en salade Rôti de veau au jus Blé Coulommiers Fruit BIO de saison	
jeudi	Carottes râpées Sauté de bœuf bourguignon Frites Petit suisse aromatisé	Achards de légumes (carottes, haricots verts, chou) Rougail de saucisses* Riz BIO P'tit cottentin nature	
vendredi	Compote de pommes BIO (ind) Salade de riz Quenelles sauce aurore Brunoise de légumes frais (carottes, navets, céleri) Edam Crème dessert BIO (ind)	La Réunion Ananas au sirop et noix de coco Duo de choux Brandade de poisson** Comté BIO Cokctail de fruits (ind)	

actualité

1 Français sur 5 est en situation de précarité alimentaire !



C'est le constat alarmant dressé par l'Institut de Sondage IPSOS pour le Secours Populaire (09/2018).

En partenariat avec élus & associations de parents d'élèves, SHCB agit en proposant quotidiennement des menus équilibrés & sains

C'est aussi cela ... Favoriser la réussite & l'égalité des chances !