SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici



MENUS '4 SAISONS' | DU 2 NOVEMBRE 2026 AU 29 NOVEMBRE 2026 |

Menu standard 4 - Déjeuner

	Du 02 nov. au 08 nov.	Du 09 nov. au 15 nov.	Du 16 nov. au 22 nov.	Du 23 nov. au 29 nov.
LUNDI	Haricots rouges BIO à la tomate (mafé) Riz camarguais BIO Vache picon Fruit VÉGÉTARIEN	Crêpe au fromage Sauté de volaille au curry Haricots verts BIO persillés Fruit	Salade de saison Sauce carbonara aux lardons * Gratin de crozets Fruit BIO de saison	Sauté de porc aux olives Torti BIO Plateau de fromages Fruit BIO de saison
MARDI	Salade de pâtes BIO Stifado de bœuf Petits pois et carottes au jus Flan chocolat	Salade verte BIO Colin sauce crème ciboulette Coquillettes BIO Yaourt nature	Taboulé BIO Nugget's de volaille et ketchup Poêlée de légumes Fruit	Duo d'haricots en salade Boulettes d'agneau sauce tomate Semoule BIO Compote pomme banane
MERCREDI	Pilons de poulet rôti Purée de pommes de terre Tomme de Lozère Purée de Pommes BIO		Macédoine Mayonnaise Boulettes de boeuf sauce tomate Riz camarguais BIO Flan vanille	Aiguillettes de poulet aux olives Carottes fraiches sautées Vache qui rit BIO Gâteau du chef aux pépites de chocolat
JEUDI	Poisson pané et citron Choux fleurs persillés Yaourt nature BIO Gâteau du chef au yaourt	Pavé fromager Epinards hachés BIO Fromage blanc nature Choux vanille VÉGÉTARIEN	Potage crécy BIO Raviolis au basilic et emmental BIO sauce crème Tarte aux pommes VÉGÉTARIEN	Velouté de légumes du chef Filet de lieu sauce aurore Pommes de terre persillées Fruit BIO de saison
VENDREDI	Sauce bolognaise (bœuf) Macaronis BIO et fromage râpé Petit suisse aromatisé Fruit BIO de saison	Cordon bleu Purée aux 3 légumes Brie Flan vanille nappé caramel	Salade de pois chiches vinaigrette au curry Filet de colin sauce julienne Brocolis braisés Crème au Praliné	Salade de pépinettes Quiche aux petits légumes Salade verte (accompagnement) Flan vanille nappé caramel VÉGÉTARIEN

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 !

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU

LOCAL DU CHEF LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS

SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici



MENUS '4 SAISONS' | DU 30 NOVEMBRE 2026 AU 20 DÉCEMBRE 2026 |

Menu standard 4 - Déjeuner

	Du 30 nov. au 06 déc.	Du 07 déc. au 13 déc.	Du 14 déc. au 20 déc.
LUNDI	Salade de choux fleur vinaigrette Sauté de bœuf sauce paprika Riz camarguais BIO Crème au caramel	Sauté de volaille au paprika Pâtes BIO Edam Fruit	Salade de blé BIO sauce tartare Saucisse de Strasbourg* Purée aux 3 légumes Fruit
MARDI	Potage parmentier Hachis de lentilles HVE et patate douce Yaourt Nature VÉGÉTARIEN	Salade de pois chiches marocaine Calamars à la romaine et citron Chou fleur BIO béchamel Compote pomme abricot	Sauce à la mexicaine (haricots rouges, maïs, poivrons) Riz camarguais BIO Petit suisse aromatisé Fruit VÉGÉTARIEN
MERCREDI	Friand au fromage Filet de poisson sauce provençale Haricots verts persillés Compote pomme pêche	Salade de saison Boulettes de bœuf au jus Lentilles BIO au jus Flan chocolat	Salade verte et croûtons Stifado de bœuf Tagliatelles Dessert de Noël maison Clémentine BIO et papillotes NOËL
JEUDI	Betteraves BIO en salade Cordon bleu Coquillettes BIO Fruit BIO de saison	Potage grand-mère du chef Emincé de poulet aux chataignes Poêlée de pommes de terre et topinambour Cocktail de fruits rouges Galettes St Michel LE PETIT CHAPERON ROUGE	Pâté en croûte de volaille et cornichon Pointes d'aiguillettes sauce aux marrons Pommes Duchesse Bûche de Noël du chef Clémentine BIO et papillotes NOËL
VENDREDI	Jambon blanc* Gratin de poireaux et pommes de terre Yaourt nature sucré Gâteau du chef aux brisures d'oréo	Taboulé BIO Tortillas pomme de terre et oignons Carottes fraiches sautées Yaourt nature VÉGÉTARIEN	Salade de pâtes BIO Filet de colin à la crème Haricots verts BIO persillés Compote de fraises

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 !

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU

LOCAL DU CHEF LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS