



MENUS '4 SAISONS' | DU 07 mars 2022 AU 11 mars 2022

Salles d'Aude

	Du 07 mars AU 11 mars	Du 14 mars AU 18 mars	Du 21 mars AU 25 mars	Du 28 mars au 1 Avril
<b>lundi</b>	Velouté de légumes maison Tortilla de pommes de terre Haricots verts BIO Edam Fruit de saison Carottes râpées	Coleslaw Tortellini épinard sauce tomate **	Salade de pommes de terre BIO Fricadelle de bœuf Haricots verts persillés Tomme blanche Fruit de saison	Pois chiches à la marocaine Filet de poulet aux herbes Carottes sautées au cumin Fromage blanc nature BIO Fruit de saison
<b>mardi</b>	Curry de poisson au lait de coco Riz pilaf Petit suisse aromatisé BIO Compote de pommes bananes	Filet de colin à la crème Gratin de poireaux et de pommes de terre Petit suisse sucré Fruit de saison	Salade croquante jardin BIO Gardianne de taureau Riz de camargue Lou Mirabel Fougasse fleur d'oranger	Carottes râpées BIO Boulettes d'agneau au jus Semoule Brie Compote de poires
<b>mercredi</b>	Salade de lentilles Saucisse de Toulouse * Purée de panais Vache qui rit BIO Fruit de saison	Betterave au curcuma BIO Hachis parmentier **	Pizza au fromage Emincé de volaille au curry Poêlée de légumes Chanteneige BIO Liegeois vanille	Betterave au curcuma BIO Macaronis à la carbonnara et râpé *** St Môret Fruit de saison
<b>jeudi</b>	Macédoine mayonnaise Stifado de bœuf Semoule Saint Môret Fruit de saison BIO	Wings de poulet sauce barbecue Potatoes Carré de fest Flan vanille nappé caramel Céleris bio sauce cocktail	Chou chinois en salade Filet de lieu sauce aurore Tortis BIO Yaourt sucré Compote de pommes Crêpe au fromage	Curry de lentilles Blé bio Gouda Gâteau aux pommes du chef Macédoine mayonnaise
<b>vendredi</b>	Salade de pépinites Emincé de volaille sauce forestière Gratin de choux fleur Fromage blanc nature BIO Ananas au sirop	Paupiette de veau sauce curry Beignet saisis Plateau de fromage Gâteau du chef à la pâte à tartiner	Galette de lentilles, boughour et légumes Julienne de légumes Petit suisse aromatisé Fruit de saison BIO	Cœur de merlu sauce à l'oseille Pommes de terre persillées Yaourt nature BIO Fruit de saison
	<b>Du 04 avril au 08 Avril</b>	<b>Du 11 avril au 15 avril</b>	<b>Du 18 au 22 Avril</b>	
<b>lundi</b>	Salade de haricots verts Seiche à l'armoricaine Riz pilaf bio Montboissié Fruit de saison	Taboulé Bio Boulettes d'agneau Duo de haricots Cantafrais Flan chocolat Salade verte BIO	<b>Lundi de Pâques</b>	
<b>mardi</b>	Cake maison à la tomate Colombo de porc * Poêlée de légumes verts Yaourt nature BIO Fruit de saison	Rôti de dinde marengo Farfalle Cantal Compote pommes coing Salade coleslaw	Salade iceberg BIO Chili végétarien (riz pilaf) Vache qui rit Crème à la vanille Friand au fromage	
<b>mercredi</b>	Céleris sauce cocktail Sauté de volaille sauce forestière Semoule Fromage blanc nature BIO Compote de pomme	Steak haché sauce paprika Boughour Yaourt nature BIO Fruit de saison	Sauté de volaille au curry Petit pois BIO au jus Fromage blanc aromatisé Fruit de saison	
<b>jeudi</b>	Salade de tomate olive Bœuf bourguignon Carottes sautées BIO Tommes de Pyrénées Gâteau au yaourt du chef	Ceuf dur en mayonnaise Quenelles en gratin Purée de potimarron BIO Coulommiers Fruit de saison	Salade cœur d'artichauts mimosas Sauté de bœuf aux oignons Pâtes Yaourt nature local Fruit de saison BIO	
<b>vendredi</b>	Gâteau au yaourt du chef Salade de lentilles Omelette du chef au fromage Gratin de brocolis BIO Bûchette mélangée Fruit de saison	Betterave vinaigrette Poisson pané sauce tomate Semoule BIO Petit suisse sucré Gâteau de pâques du chef et œufs en chocolat	Carottes râpées au citron BIO Brandade de morue ** Emmental Compote de pommes bananes	

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