

MENUS '4 SAISONS' | Du 09 mai au 07 juillet 2022

Salles d'Aude

	Du 09 mai au 13 mai	Du 16 mai au 20 mai	Du 23 mai au 27 mai	Du 30 mai au 03 juin	Du 06 juin au 10 juin
<b>lundi</b>	Salade de pommes de terre Calamars à la romaine et citron	Radis beurre Couscous **	Friand au fromage Paupiette de veau au jus	Salade d'haricots rouges au cumin Boulettes tomate mozzarella	<b>Pentecôte</b>
<b>mardi</b>	Epinards branches BIO et croûtons Plateau de fromage Crème au chocolat Taboulé du chef Sauté de veau sauce forestière Courgettes au cumin Yaourt nature local	(Semoule BIO et légumes couscous) P'tit cottenin nature Liégeois à la vanille Salade de pépinettes Omelette du chef Haricots verts persillés Saint Paulin	Fruit de saison BIO Salade verte BIO Cheesburger Frites et ketchup Yaourt aromatisé Donuts	Ratatouille BIO + riz pilaf Tomme de Lozère Fruit de saison Chou blanc BIO en salade Sauté de porc au curry Semoule Coulommiers Compote pomme fraise	
<b>mercredi</b>	Carottes râpées à l'orange Steak haché au jus Macaronis BIO Edam	Fruit de saison BIO Cake du chef chèvre miel Filet de poulet à la crème Carottes au curry Fromage blanc nature	Concombre en salade Filet de lieu sauce oseille Farfalles Choucroute Compote de pomme BIO	Betteraves BIO au curcuma Hachis parmentier ** Petit suisse sucré Fruit de saison Tomate en salade	Salade de pomme de terre Moussaka de courgettes du chef ** Carré de l'Est Fruit de saison BIO Melon (HO)
<b>jeudi</b>	Flan vanille nappé caramel Tomates croq'sel Quenelle sauce tomate Riz pilaf Petit suisse aromatisé Fruit de saison BIO Salade verte Pilons de poulet rôti Petits pois au jus Vache qui rit BIO Gâteau nature au yaourt	Céleri sauce cocktail Sauté de bœuf au jus Bié Cantal Compote de pommes bananes BIO Melon Bourride de poisson Pommes vapeur Chanteneige BIO Crème catalane du chef	<b>Ascension</b>	Sauté de volaille au paprika Poêlée arlequin Yaourt nature BIO Gâteau aux noisettes du chef Céleri râpé vinaigrette Filet de colin sauce estragon Tortis BIO Pavé frais Crème dessert chocolat	Filet de hoki sauce oseille Gratin de choux fleurs et de pommes de terre Vache qui rit BIO Crème dessert vanille Salade de tomate et maïs Nuggets végétal et ketchup Pennes Fromage blanc nature Fruit de saison BIO
<b>vendredi</b>	Terrine de campagne et cornichons * Blanquette de volaille Haricots verts persillés Yaourt local nature Fruit de saison BIO Carottes râpées Emincé de veau aux 4 épices Coquille BIO Camembert Mousse au chocolat Pastèque (HO) Boulette de bœuf au jus Semoule BIO Saint Morét Compote de poires Salade verte BIO Filet de cabillaud sauce julienne Riz de camargue Bûche du Pilat Liégeois vanille Salade de tomates aux échalotes Galette végétale à la provençale Courgette persillées Petit suisse BIO aromatisé Gâteau aux pépites au chocolat	Betteraves BIO au curcuma Tortellini épinard sauce tomate ** Fromage blanc sucré Fruit de saison Melon (HO) Rôti de volaille et mayonnaise Taboulé (accompagnement) Vache Picon Compote pomme BIO Salade de pois chiches à la marocaine Chipolata * Petit pois au jus Emmental Fruit de saison BIO Tomates en salade BIO Sauté de bœuf aux oignons Poêlée de légumes Petit suisse sucré Gâteau à la banane du chef Salade verte BIO Filet de poisson à la Dijonnaise Purée de pomme de terre Mont Laccaune Flan vanille nappé caramel		Coupe de paté de volaille (ST) Cordon bleu Carottes fraîches sautées Brie Fruit de saison BIO Salade d'haricots verts Parmentier de poisson ** Mimolette Fruit de saison BIO Crêpe au fromage Paupiette de veau sauce forestière Poêlée provençale Yaourt nature BIO Fruit de saison Pastèque (HO) Omelette du chef Macaronis BIO et râpé Compote et galette St Michel (ST) Concombre façon tzatziki Ravioles (ST) et râpé Chanteneige BIO Liégeois au chocolat	Du 04 juillet au 07 juillet Melon (HO) Sauté de volaille à la mexicaine Ratatouille fraîche et riz BIO Tartare nature Compote pomme cassis Salade verte Tortilla de pommes de terre Poêlée multicolore Camembert BIO Eclair au chocolat Tomate BIO en salade Steak haché au jus Pâtes Petit suisse aromatisé Fruit de saison
<b>lundi</b>	<b>Fraich' attitude</b>	<b>Repas froid</b>	<b>Du 27 juin au 1er juillet</b>	<b>Du 04 juillet au 07 juillet</b>	

**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 !