

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

Menu Cournonsec

	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 Epinards branches BIO et croûtons Plateau de fromage Crème au chocolat	Couscous (poulet, boulettes)** (Semoule BIO et légumes couscous) Saint Nectaire Liégeois à la vanille	Friand au fromage Paupiette de veau au jus Chou-fleur béchamel Comté Fruit de saison BIO	Salade d'haricots rouges au cumin Keftas coriandre menthe BIO Riz pilaf / Ratatouille Tomme de Lozère Fruit de saison	<b>Pentecôte</b>
<b>mardi</b>	Taboulé du chef Sauté de veau sauce forestière Courgettes au cumin Yaourt nature local Fruit de saison BIO	Salade de pépinettes Omelette du chef Petits pois au jus Saint Paulin Fruit de saison BIO	Cheesburger Potatoes et ketchup Yaourt aromatisé Donuts Concombre en salade BIO	Hachis parmentier** Coulommiers BIO Fruit de saison Betteraves BIO au curcuma	Salade verte BIO Saucisse de Toulouse * / Pâtes à la mexicaine Lentilles au jus Plateau de fromages Compote pomme abricot
<b>mercredi</b>	Carottes râpées à l'orange Steak haché au jus Macaronis BIO + rabé Edam	Cake du chef chèvre miel Filet de poulet à la crème Carottes au curry Fromage blanc nature Fruit de saison BIO	Filet de lieu sauce oseille Farfalle Chaurce Cocktail de fruit	Sauté de porc au curry * / filet de poisson à la dijonnaise Semoule Petit suisse sucré Fruit de saison Tomate en salade	Melon (HO) Lasagnes** Carré de l'Est Fruit de saison BIO
<b>jeudi</b>	Flan vanille nappé caramel Salade de tomates Gnocchi sauce tomate Riz pilaf Petit suisse aromatisé Fruit de saison BIO	Céleri sauce cocktail Rôti de bœuf cuit à cœur au jus Blé Cantal Compote de pommes bananes BIO	<b>Ascension</b>	Sauté de volaille au paprika Poêlée arlequin Yaourt nature BIO Gâteau aux noisettes du chef	Salade de pomme de terre Poisson pané Chou-fleur persillés Fromage blanc BIO Glace en pot
<b>vendredi</b>	Salade verte BIO Escalope de volaille sauce crème Haricots verts persillés Gâteau aux myrtilles du chef	<b>Au bord de la mer</b> Bourride de poisson Pommes vapeur Chanteneige BIO Crème catalane du chef		Filet de poisson frais sauce estragon Tortis BIO Montboissié Crème dessert chocolat	Salade de tomate et maïs Nugget's végétal et ketchup Pennes Fruit de saison BIO
<b>lundi</b>	Terrine de campagne et cornichons * / œufs durs mayonnaise Blanquette de volaille Haricots verts persillés Yaourt local nature Fruit de saison BIO	Betteraves BIO au curcuma Tortellini épinard sauce tomate ** + râpé Fruit de saison Melon (HO)	Coupelle de pâté de volaille (ST) Cordon bleu Carottes fraîches sautées Brie Fruit de saison BIO	Melon (HO) Wings Ratatouille fraîche et riz BIO Compote pomme cassis	
<b>mardi</b>	<b>Fraich' attitude</b> Carottes râpées Emincé de veau aux 4 épices Coquille BIO Camembert Mousse au chocolat maison	<b>Repas froid</b> Rôti de volaille et mayonnaise Taboulé (accompagnement) Fromage blanc sucré Compote pomme BIO	Parmentier de poisson** Mimolette Fruit de saison BIO	Salade verte Tortilla de pomme de terre Poêlée multicolore Camembert BIO Glace en pot	
<b>mercredi</b>	Pastèque (HO) Boulette de bœuf au jus Semoule BIO Tomme blanche Compote de poires	Salade de pois chiches à la marocaine Chipolata * / boulettes tomate mozzarella Petit pois au jus Emmental Fruit de saison BIO	Crêpe au fromage Paupiette de veau sauce forestière Poêlée provençale Yaourt nature BIO Fruit de saison	Tomate BIO en salade Steak haché au jus Pâtes Petit suisse aromatisé Fruit de saison	
<b>jeudi</b>	Filet de cabillaud sauce julienne Riz de camargue Bûche du Pilat Fruit de saison BIO	Sauté de bœuf aux oignons Poêlée de légumes Petit suisse sucré Gâteau à la banane du chef	Omelette du chef Macaronis BIO et râpé Compote et galette St Michel (ST) Concombre BIO façon tzatziki	<b>Repas fin d'année</b>	
<b>vendredi</b>	Salade de tomates aux échalotes Galette végétale à la provençale Courgette persillées Petit suisse BIO aromatisé Gâteau aux pépites au chocoat	Filet de poisson frais à la dijonnaise Purée de pomme de terre Mont Lacaune au Fénu grec Glace bâtonnet Liégeois au chocoat	Raviolis (ST) + râpé		

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 !