SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | DU 19 FÉVRIER 2024 AU 03 MARS 2024 |

Menu Francheville - Déjeuner

	Du 19 févr. au 25 févr.	Du 26 févr. au 03 mars
LUNDI	Salade de pâtes BIO Sauté de boeuf au paprika /Quenelles sauce blanche Epinards hachés BIO Fruit de saison	Boulettes de boeuf au jus /Oeuf dur BIO béchamel Haricots verts à l'ail Camembert BIO Fruit de saison
MARDI	Salade de riz BIO Omelette BIO Haricots verts BIO persillés Velouté fruits mixé	Poisson pané Pommes noisettes Chanteneige BIO Compote pomme framboise
MERCREDI	Velouté de légumes du chef Lasagnes bolognaise /Lasagnes de légumes Crème dessert BIO	Salade de boulghour BIO Paupiette de veau sauce forestière /Crêpe au fromage Carottes à la crème Gâteau du chef framboise et speculoos
JEUDI	Filet de colin sauce oseille Chou fleur persillé Petit suisse BIO aromatisé Gâteau au yaourt du chef	Saucisse de Strasbourg /Pané de sarrasin lentilles aux poireaux Coquillettes BIO et râpé Yaourt nature BIO Fruit BIO de saison
VENDREDI	Cordon bleu /Pavé fromager Pommes de terre BIO vapeur Cantal AOP Compote de pommes	Salade coleslaw Sauté de Volaille Marengo /Filet de poisson sauce aurore Semoule BIO Crème onctueuse au chocolat

La pyramide alimentaire

Les 7 grandes familles alimentaires :

L'eau
Les céréales
Les fruits et légumes
Les laitages
La viande, le poisson, les œufs
Les matières grasses
Les sucreries

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU

LOCAL | DU CHEF | LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS *