SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | DU 04 MARS 2024 AU 31 MARS 2024 |

Crèche 09-12 mois 3C compote - Déjeuner

	Du 04 mars au 10 mars	Du 11 mars au 17 mars	Du 18 mars au 24 mars	Du 25 mars au 31 mars
LUNDI	Omelette BIO Purée de navets et pommes de terre Compote de poires du chef	Sauté de bœuf nature Purée de carottes et pommes de terre BIO Compote pomme banane du chef	Omelette nature Purée de brocolis et pommes de terre BIO Compote pomme banane du chef	Emincé de volaille nature Purée betteraves et pommes de terre BIO Compote de pommes du chef
MARDI	Sauté de volaille nature Purée de carottes et pommes de terre Compote de pommes BIO du chef	Filet de poisson au court bouillon Purée d'artichauts et pommes de terre Compote de pommes du chef	Porc nature Purée d'épinards et pommes de terre BIO Compote de poires du chef	Omelette nature fraiche Purée de carottes et pommes de terre BIO Compote pomme banane du chef
MERCREDI	Sauté de bœuf nature Purée d'épinards et pommes de terre BIO Compote pomme banane du chef	Veau nature Purée de petits pois BIO Compote de poires du chef	Veau nature Purée de courges et pommes de terre Compote de pommes du chef	Filet de poisson au court bouillon Purée de choux fleurs et pommes de terre BIO Compote de poires du chef
JEUDI	Filet de poisson au court bouillon Purée de brocolis et pommes de terre BIO Compote de poires du chef	Jambon blanc Purée de choux fleurs et pommes de terre BIO Compote pomme banane du chef	Sauté de volaille nature Purée de haricots verts et pommes de terre BIO Compote pomme banane du chef	Veau nature Purée d'épinards et pommes de terre BIO Compote pomme banane du chef
VENDREDI	Sauté de volaille nature Purée de haricots verts et pommes de terre BIO Compote de pommes du chef	Filet de poisson au court bouillon Purée de haricots beurre et pommes de terre Compote de pommes du chef	Filet de poisson au court bouillon Purée de carottes et pommes de terre BIO Compote de poires du chef	Jambon blanc Purée de haricots beurre et pommes de terre Compote de pommes BIO du chef

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 01 AVRIL 2024 AU 28 AVRIL 2024 |

Crèche 09-12 mois 3C compote - Déjeuner

	Du 01 avr. au 07 avr.	Du 08 avr. au 14 avr.	Du 15 avr. au 21 avr.	Du 22 avr. au 28 avr.
LUNDI		Omelette nature Purée de haricots verts et pommes de terre **BIO** Compote de pommes du chef	Filet de poisson au court bouillon Purée de brocolis et pommes de terre **BIO** Compote de pommes du chef	Omelette nature fraiche Purée de choux fleurs et pommes de terre **BIO** Compote de pommes **BIO** du chef
MARDI	Filet de poisson au court bouillon Purée de petits pois **BIO** Compote de pommes du chef	Filet de poisson au court bouillon Purée de choux fleurs et pommes de terre **BIO** Compote pomme banane du chef	Sauté de volaille nature Purée d'épinards et pommes de terre **BIO** Compote de poires du chef	Sauté de volaille nature Purée d'épinards **BIO** Compote de poires du chef
MERCREDI	Sauté de volaille nature Purée de haricots verts et pommes de terre **BIO** Compote pomme banane du chef	Sauté de bœuf nature Purée de carottes et pommes de terre **BIO** Compote de poires du chef	Filet de poisson au court bouillon Purée de courgettes et pommes de terre **BIO** Compote de pommes du chef	Sauté de bœuf nature Purée de petits pois **BIO** Compote pomme banane du chef
JEUDI	Sauté de bœuf nature Purée de carottes et pommes de terre **BIO** Compote de poires du chef	Sauté de volaille nature Purée d'épinards et pommes de terre **BIO** Compote de pommes du chef	Sauté de bœuf nature Purée de carottes et pommes de terre **BIO** Compote de poires du chef	Porc nature Purée de carottes et pommes de terre **BIO** Compote de poires du chef
VENDREDI	Filet de poisson au court bouillon Purée de navets et pommes de terre Compote de pommes du chef	Jambon blanc Purée d'artichauts et pommes de terre Compote pomme banane du chef	Porc nature Purée de petits pois **BIO** Compote pomme banane du chef	Filet de poisson au court bouillon Purée de courgettes et pommes de terre **BIO** Compote de pommes du chef

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'assaissonnement
- 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 *