



Du 8 mai 2023 au 2 Juin 2023

Pays de Sommières

	Du 08 au 12 mai	Du 15 au 19 mai	Du 22 au 26 mai	Du 29 mai au 02 juin
Lundi	Férialé	Concombre vinaigrette Tortellinis épinards sauce tomate et râpé ** Mousse au chocolat	Belgique Poisson frit Galette végétale Frites Yaourt nature BIO Gaufre liégeoise	Férialé
Mardi	VEGE Nuggets végétaux et ketchup Purée de pomme de terre et courgettes Lou mirabel Fruit BIO de saison	Sauté de bœuf façon bourguignon VEGE Aiguillette pané blé emmental Blé BIO Emmental Fruit de saison BIO	Espagne Melon Tortilla pomme de terre Haricots verts persillés Crème catalane maison	Radis croc' sel Cheeseburger Pavé fromager Pommes paillason + ketchup Donuts
Mercredi	Colombo de porc / Colombo volaille VEGE Tajine de pois chiches Légumes façon Wok (Céleri, carottes, courgettes, choux, sauce soja) Yaourt nature BIO Gâteau maison poire Salade de haricots verts	Salade de pâtes Sauté de volaille aux 4 épices VEGE Omelette du Chef BIO Courgettes à l'ail Fruit de saison BIO	Grèce Concombre tzaziki Moussaka aux courgettes + Riz VEGE Moussaka végétarienne (pois, farine pois chiches, lentilles) + Riz Fromage blanc nature	Chipolata Saucisse de volaille Galette végétale Lentilles oignons Tomme de Lozère Fruit BIO de saison
Jeudi	Boulettes d'agneau sauce orientale VEGE Bolognaise de lentilles Semoule Fruit de saison BIO	Férialé	Hongrie Goulash hongrois VEGE Pois chiches sauce tomate Pomme de terre persillées Petit suisse BIO aromatisé Fruit de saison BIO	Poisson pané + citron VEGE Quenelles sauce aurore Riz camarguais BIO / Ratatouille Yaourt aromatisé Fruit BIO de saison
Vendredi	Filet de lieu sauce ciboulette VEGE Pavé fromager Polenta Camembert Compote de pommes BIO	Férialé	Italie Tomate mozzarella Pâtes BIO à la carbonara VEGE Pâtes sauce végétale à la crème Fruit BIO de saison	Salade de pépinettes (pâtes, concombre tomate) Boulettes tomates-mozzarella Carottes à l'ail Flan vanille



Du 5 juin 2023 au 7 juillet 2023

Pays de Sommières

	Du 05 au 9 Juin	Du 12 au 16 juin	Du 19 au 23 juin	Du 26 au 30 juin	Du 3 au 7 juillet 2023
Lundi	<p>Crêpe au fromage</p> <p>VEGE Omelette BIO du chef Omelette BIO du chef Jardinière de légumes</p> <p>Compote de pommes BIO</p>	<p>Repas froid</p> <p>Tomate croc sel Jambon blanc * Salade de pâtes basilic BIO Pâtes mimosa Yaourt nature</p>	<p>Concombre en salade</p> <p>Nuggets de volaille Nuggets végétariens Purée de carottes et de pommes de terre Fruit de saison BIO</p>	<p>Melon BIO</p> <p>Tortellini épinards sauce tomate et râpé Flan vanille nappé caramel</p>	<p>Coupelle de pâté de volaille (ST) VEGE Betterave en salade (ST) Sauté de volaille aux 4 épices label rouge VEGE Pavé fromager + ketchup Haricots verts à l'ail BIO</p> <p>Compote de pommes et galette St Michel (ST)</p>
Mardi	<p>Salade coleslaw</p> <p>VEGE Cordon bleu Pané blé fromage épinards Pâtes BIO</p> <p>Mousse au chocolat</p>	<p>Salade verte Lentilles oignons Riz camarguais BIO Plateau de fromage</p>	<p>Salade verte</p> <p>VEGE Picaussel sauce tomate Pâtes BIO Camembert</p>	<p>Repas froid</p> <p>Pastèque Roti de porc froid et mayonnaise VEGE Œufs dur et mayonnaise Salade de pomme de terre Yaourt nature local</p>	<p>Repas froid</p> <p>Tomate croc sel</p> <p>Salade riz / thon (ST) Salade western (ST) Mimolette Fruit BIO de saison</p>
Mercredi	<p>VEGE Paupiette de veau à la crème Tajine de pois chiche Semoule BIO Coulommiers Compote maison</p>	<p>Salade de pommes de terre mayonnaise Colombo de volaille label rouge VEGE Omelette du chef à la tomate Ratatouille Fruit de saison BIO</p>	<p>Repas froid</p> <p>Pastèque BIO Poisson froid + mayonnaise VEGE Œufs durs + mayonnaise Taboulé (accompagnement) Eclair au chocolat</p>	<p>VEGE Steak haché au jus Galette végétale Riz camarguais BIO Tomme noire Fruit de saison BIO</p>	<p>Repas froid</p> <p>Salade pâtes au thon VEGE Salade de pomme de terre mimosa Lou Mirabel Melon BIO Salade verte</p>
Jeudi	<p>Salade de perles (pâtes, tomates, concombres, mayonnaise) VEGE Sauté de volaille sauce provençale label rouge Lentilles aux oignons Brocolis braisé Fruit BIO de saison</p>	<p>Terrine de campagne et cornichons / VEGE Pâté de volaille / Œuf dur mayonnaise Filet de lieu sauce curry VEGE Galette lentilles poireaux Blé aux oignons Fruit BIO de saison</p>	<p>Menu rouge</p> <p>Gaspacho VEGE Boulettes de bœuf sauce provençale Sauce végétale Semoule BIO Fruit de saison Carottes râpées</p>	<p>VEGE Filet de hoki sauce aneth Dahl de lentilles Tian de légumes Petit suisse BIO aromatisé Gâteau aux pommes maison Salade verte</p>	<p>VEGE Filet de lieu sauce curry Boulettes de pois chiches Riz camarguais BIO Flan chocolat</p>
Vendredi	<p>VEGE Filet de colin sauce citron Haricots rouges au cumin Purée de pomme de terre Petit suisse sucré Fruit de saison BIO</p>	<p>Melon</p> <p>VEGE Emincé de bœuf Chou fleur façon bolognaise Haricots verts à l'ail Gâteau maison aux pépites de chocolat</p>	<p>VEGE Poisson pané + citron Boulettes de blé façon thaï Riz camarguais à la tomate BIO Coulommiers</p>	<p>VEGE Sauté de bœuf bourguignon Quenelles sauce béchamel Blé Fruit BIO de saison</p>	<p>Repas de fin d'année</p> <p>Tomates Nuggets de volaille Chips Fromage portion Pastèque / Melon</p>

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 !