SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici






MENUS '4 SAISONS' | DU 03 janvier 2022 AU 11 février 2022

Menu Vignieu Montcarra

	Du 03 janvier AU 07 janvier	Du 10 janvier AU 14 janvier	Du 17 janvier AU 21 janvier
LUNDI	Betteraves en salade Pâtes au thon et sauce tomate** Fromage blanc nature Fruit BIO	Salade de maïs au curry Poisson pané Carottes BIO persillées Bûchette mélangée Crème au chocolat (ind)	Salade de riz Filet de colin sauce curry Haricots verts BIO persillés Yaourt nature Fruit
MARDI	Carottes râpées BIO Légumerie Paupiette de veau au jus Pommes de terre rissolées Fromage croc'lait Compote de poires (ind)	Salade de pâtes BIO Pané sarrasin lentilles poireaux Epinards hachés à la crème Saint Nectaire AOP REPAS VEGETARIEN Fruit	Chou rouge BIO vinaigrette Légumerie Steak haché sauce forestière Tortis Tomme Grise Flan vanille nappé caramel (ind)
JEUDI	Salade de boulghour BIO Galette végétale BIO épeautre et légumes Choux fleurs BIO béchamel Camembert BIO REPAS VEGETARIEN Fruit BIO	Salade coleslaw Légumerie Boulettes d'agneau au jus Haricots blancs au jus Chanteneige BIO Compote de pommes bananes (ind)	RACLETTE Salade verte Assortiment de charcuterie * / Charcuterie de volaille Pommes vapeur Fromage à raclette Compote de pommes BIO (ind)
VENDREDI	Salade verte Sauté de bœuf aux 4 épices Blé aux petits légumes Yaourt nature BIO GALETTE DES ROIS Galette des rois	Velouté de potiron Jambon blanc*/ de volaille Navets frais BIO et pommes de terre béchamel Fromage blanc nature Fruit	Céléri râpé BIO rémoulade Légumerie Quenelles locales sauce tomate REPAS VEGETARIEN Purée de courge P'tit cottentin ail et fines herbes Gâteau du chef aux pépites de chocolat

	Du 24 janvier AU 28 janvier	Du 31 janvier AU 04 février	Du 07 février AU 11 février
LUNDI	Chou blanc BIO vinaigrette Saucisse de volaille BIO Purée de pommes de terre BIO Vache qui rit BIO Compote de pommes abricots BIO	Salade de brocolis BIO Sauté de bœuf BIO à la provençale Pommes de terre BIO persillées Carré du Trièves BIO Fruit BIO	Betteraves BIO en salade Chili végétarien (sans viande, à base de fèves) Riz créole Verchicors REPAS VEGETARIEN Fruit
MARDI	Velouté de légumes Lasagnes au saumon ** Bûche du Pilat de Pélussin Fruit BIO	Salade verte Nems au poulet Riz cantonnais (sans viande) NOUVEL AN CHINOIS Petit suisse aromatisé BIO Rocher au coco (ind)	Taboulé Filet de colin sauce crème Carottes sautées aux oignons Légumerie Chanteneige BIO Flan vanille (ind)
JEUDI	DANS NOS MONTAGNES Salade verte Croziflette* **/ Croziflette de volaille** Fromage blanc aromatisé Gâteau du chef aux myrtilles	Céleri râpé BIO vinaigrette Légumerie CHANDELEUR Crêpe au fromage Epinards hachés à la crème Yaourt nature REPAS VEGETARIEN Crêpe sucrée	Chou blanc frais vinaigrette Légumerie Paleron de bœuf sauce tomate Frites Fraidou Compote de poires BIO (ind)
VENDREDI	Salade de boulghour BIO Roulé au fromage Panais frais et pommes de terre en gratin Légumerie Yaourt BIO à la vanille REPAS VEGETARIEN Fruit	Potage crécy Potimentier de poisson du chef** Saint Paulin Fruit BIO	Salade de pommes de terre BIO Emincé de volaille BIO au paprika Poêlée de légumes BIO Fromage blanc BIO nature Fruit BIO

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU... LOCAL BIO MAISON

* Contient du porc ** Plat complet