SHCB
J'♥ ma cuisine d'ici

MENUS '4 SAISONS' | DU 05 MAI 2025 AU 01 JUIN 2025 |

Fontanil-Cornillon - Déjeuner

	Du 05 mai au 11 mai	Du 12 mai au 18 mai	Du 19 mai au 25 mai	Du 26 mai au 01 juin
LUNDI	Salade verte Lasagnes bolognaise Fromage fondu le carré Compote de Pommes BIO	Concombre vinaigrette Cappelletti ricotta épinards sauce crème Petit suisse aromatisé Fruits BIO de saison	Tomates fraîches BIO rondelle Oeufs durs béchamel Epinards hachés à la crème Livarot AOP Cocktail de fruits	Concombres frais à la ciboulette Boulettes d'agneau sauce tomate Printanière de légumes Fromage blanc aromatisé Beignet aux pommes
MARDI	Betteraves en salade Roulé au fromage Petits pois au jus Yaourt nature Fruits BIO de saison	Salade iceberg Rôti de porc au jus Lentilles au jus Flan chocolat Fruit de saison .	Salade verte BIO Filet de poisson sauce ensoleillée Semoule BIO Fromage blanc (ferme du Chambon) Fruit de saison	Salade de lentilles BIO Crique au cantal Piperade Yaourt nature BIO Fruit de saison
MERCREDI				
JEUDI		Salade de pâtes BIO Sauté de boeuf aux oignons Ratatouille du chef Camembert Tarte basque	Boulghour en salade Quenelles BIO à la sauce tomate Courgettes fraiches à la béchamel Cantal AOP Fruit de saison	
VENDREDI	Tomates fraîches BIO rondelle Omelette BIO Poêlée de courgettes fraîches et pommes de terre Yaourt aromatisé Eclair à la vanille	Terrine de campagne * Filet de colin sauce curry Riz BIO Yaourt nature Fruit de saison	Coleslaw BIO du chef Cheesburger Frites Vache picon Brownies du chef AMERICAIN	

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 02 JUIN 2025 AU 29 JUIN 2025 |

Fontanil-Cornillon - Déjeuner

	Du 02 juin au 08 juin	Du 09 juin au 15 juin	Du 16 juin au 22 juin	Du 23 juin au 29 juin
LUNDI	Carottes râpées BIO Brandade de poisson P'tit cottentin nature Compote pomme abricot		Melon jaune Nugget's de volaille Pommes boulangères Fromage fondu le carré Compote pomme framboise	Taboulé BIO du chef Estouffade de boeuf à la niçoise Petits pois et carottes au jus Yaourt de la ferme du Chambon Fruit de saison
MARDI	Radis nature Escalope viennoise Pommes paillasson Fromage fondu le carré Fruits BIO de saison Beurre	Gaspacho Tarte au fromage fraîche Pommes de terre en salade Fromage blanc (ferme du Chambon) Fruit de saison	Salade verte BIO Filet de poisson meunière Aubergines fraîches et pommes de terre provençale Edam Fruits BIO de saison	Pastèque Dahl de lentilles BIO et pois carrés BIO carottes et crèmes de coco Tartare ail et fines herbes Tarte au flan
MERCREDI				
JEUDI	Salade de pommes de terre Calamars à la romaine Petits pois au jus Yaourt de la ferme du Chambon Cake au Daim du chef	Pastèque Lasagnes bolognaise Flan vanille nappé caramel Petits beurres	Radis en rémoulade Chakalaka (h.blanc BIO, pois chiches BIO, légumes) Riz BIO Saint nectaire AOP Fruit de saison	Salade verte fraiche Thon Pommes de terre en salade Emmental BIO Fruit de saison Mayonnaise (flacon)
VENDREDI	Tomates fraîches BIO rondelle Chili sin carne Riz BIO Tomme blanche Fruit de saison	Taboulé BIO du chef Filet de poisson sauce tomate basilic Ratatouille du chef Brie BIO Fruit de saison	Carottes râpées BIO Rôti de volaille froid (français) Salade de pâtes Yaourt nature Gâteau du chef aux pépites de chocolat Ketchup (dosette)	Concombre vinaigrette Chipolatas au jus Semoule BIO Petit suisse sucré Clafoutis du chef aux cerises EXPRESSION CERISE

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 30 JUIN 2025 AU 06 JUILLET 2025 |

Fontanil-Cornillon - Déjeuner

Du 30 juin au 06 juil.

LUNDI	Radis nature Moules à la crème Frites Vache qui rit **BIO** Compote Beurre
MARDI	Salade de pois chiches **BIO** à la marocaine Aiguillettes de poulet sauce curry Haricots verts Cantal AOP Fruits **BIO** de saison
MERCREDI	
JEUDI	Betteraves en salade Nuggets végétal Carottes fraîches **BIO** persillées Petit suisse sucré Donuts
VENDREDI	Pique-nique de fin d'année VACANCES

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 05 MAI 2025 AU 01 JUIN 2025 |

Fontanil-Cornillon sans viande - Déjeuner

	Du 05 mai au 11 mai	Du 12 mai au 18 mai	Du 19 mai au 25 mai	Du 26 mai au 01 juin
LUNDI	Salade verte Lasagnes de légumes Fromage fondu le carré Compote de Pommes BIO	Concombre vinaigrette Cappelletti ricotta épinards sauce crème Petit suisse aromatisé Fruits BIO de saison	Tomates fraîches BIO rondelle Oeufs durs béchamel Epinards hachés à la crème Livarot AOP Cocktail de fruits	Concombres frais à la ciboulette Filet de poisson sauce tomate basilic Printanière de légumes Fromage blanc aromatisé Beignet aux pommes
MARDI	Betteraves en salade Roulé au fromage Petits pois au jus Yaourt nature Fruits BIO de saison	Salade iceberg Oeufs durs à la piperade Lentilles au jus Flan chocolat Fruit de saison	Salade verte BIO Filet de poisson sauce ensoleillée Semoule BIO Fromage blanc (ferme du Chambon) Fruit de saison	Salade de lentilles BIO Crique au cantal Piperade Yaourt nature BIO Fruit de saison
MERCREDI				
JEUDI		Salade de pâtes BIO Boulettes de blé façon thaï Ratatouille du chef Camembert Tarte basque	Boulghour en salade Quenelles BIO à la sauce tomate Courgettes fraiches à la béchamel Cantal AOP Fruit de saison	
VENDREDI	Tomates fraîches BIO rondelle Omelette BIO Poêlée de courgettes fraîches et pommes de terre Yaourt aromatisé Eclair à la vanille	Rillettes de thon Filet de colin sauce curry Riz BIO Yaourt nature Fruit de saison	Coleslaw BIO du chef Fishburger Frites Vache picon Brownies du chef AMERICAIN	

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 02 JUIN 2025 AU 29 JUIN 2025 |

Fontanil-Cornillon sans viande - Déjeuner

	Du 02 juin au 08 juin	Du 09 juin au 15 juin	Du 16 juin au 22 juin	Du 23 juin au 29 juin
LUNDI	Carottes râpées BIO Brandade de poisson P'tit cottentin nature Compote pomme abricot		Melon jaune Pavé fromager Pommes boulangères Fromage fondu le carré Compote pomme framboise	Taboulé BIO du chef Crêpe au fromage Petits pois et carottes au jus Yaourt de la ferme du Chambon Fruit de saison
MARDI	Radis nature Pavé fromager Pommes paillasson Fromage fondu le carré Fruits BIO de saison Beurre	Gaspacho Tarte au fromage fraîche Pommes de terre en salade Fromage blanc (ferme du Chambon) Fruit de saison	Salade verte BIO Filet de poisson meunière Aubergines fraîches et pommes de terre provençale Edam Fruits BIO de saison	Pastèque Dahl de lentilles BIO et pois carrés BIO carottes et crèmes de coco Tartare ail et fines herbes Tarte au flan
MERCREDI				
JEUDI	Salade de pommes de terre Calamars à la romaine Petits pois au jus Yaourt de la ferme du Chambon Cake au Daim du chef	Pastèque Lasagnes ricotta épinards Flan vanille nappé caramel Petits beurres	Radis en rémoulade Chakalaka (h.blanc BIO, pois chiches BIO, légumes) Riz BIO Saint nectaire AOP Fruit de saison	Salade verte fraiche Thon Pommes de terre en salade Emmental BIO Fruit de saison Mayonnaise (flacon)
VENDREDI	Tomates fraîches BIO rondelle Chili sin carne Riz BIO Tomme blanche Fruit de saison	Taboulé BIO du chef Filet de poisson sauce tomate basilic Ratatouille du chef Brie BIO Fruit de saison	Carottes râpées BIO Oeufs durs Salade de pâtes Yaourt nature Gâteau du chef aux pépites de chocolat Mayonnaise (dosette)	Concombre vinaigrette Pois chiches et légumes couscous Semoule BIO Petit suisse sucré Clafoutis du chef aux cerises EXPRESSION CERISE

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 30 JUIN 2025 AU 06 JUILLET 2025 |

Fontanil-Cornillon sans viande - Déjeuner

Du 30 juin au 06 juil.

LUNDI

Radis nature
Moules à la crème
Frites
Vache qui rit BIO
Compote
Beurre

MARDI

Salade de pois chiches BIO à la marocaine
Tortillas pomme de terre et oignons
Haricots verts
Cantal AOP
Fruits BIO de saison

MERCREDI

JEUDI

Betteraves en salade
Nuggets végétal
Carottes fraîches BIO persillées
Petit suisse sucré
Donuts

VENDREDI

·Pique-nique de fin d'année

VACANCES

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 *