



Goûter (laitage et compote) - Goûter

Du 21 oct. au 27 oct.

Du 28 oct. au 03 nov.

LUNDI

Yaourt nature
Compote pomme framboise

Yaourt nature
Compote pomme fraise

MARDI

Fromage blanc nature
Compote pomme banane

Fromage blanc nature
Compote pomme framboise

MERCREDI

Yaourt nature
Compote de pommes

Yaourt nature
Compote de pomme cassis

JEUDI

Petit suisse nature
Compote de poires

Petit suisse nature
Compote de pêches

VENDREDI

Fromage blanc nature
Compote pomme ananas

RECETTE ANTI-GASPIS'

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 !

