



MENUS '4 SAISONS' | DU 21 OCTOBRE 2024 AU 03 NOVEMBRE 2024

Menu mixé 3 composantes v/leg/comp - Déjeuner

Du 21 oct. au 27 oct.

Du 28 oct. au 03 nov.

LUNDI

Haché fin de boeuf
Purée de carottes
Compote de pêches



Haché fin de boeuf
Purée dubarry
Compote pomme pêche



MARDI

Haché fin de volaille
Purée de brocolis
Compote pomme fraise

Haché fin de veau
Purée florentine
Compote pomme abricot



MERCREDI

Haché fin de veau
Purée de haricots verts
Compote pomme framboise



Haché fin de poisson
Purée de petits pois
Compote de pommes



JEUDI

Haché fin de boeuf
Purée de navets
Compote de pommes du chef à la cannelle



Haché fin de volaille
Purée de céleri
Compote pomme ananas

VENDREDI

Haché fin de poisson
Purée de potiron
Compote de pommes



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 !

