



Menu grands Egalim - Déjeuner

Du 21 oct. au 27 oct.

Du 28 oct. au 03 nov.

LUNDI

Salade de pâtes **BIO**
Sauté de boeuf sauce tomate
Carottes sautées aux oignons
Petit suisse sucré
Fruit de saison



Céleri râpé frais **BIO** rémoulade
Sauté de porc aux olives
Boulghour
Saint nectaire AOP
Compote pomme pêche



MARDI

Salade de brocolis nature
Blanquette de volaille
Semoule
Gouda
Compote pomme fraise



Carottes râpées **BIO**
Tortellini ricotta épinards sauce tomate
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruit de saison



MERCREDI

Salade coleslaw **BIO**
Omelette au fromage
Haricots verts à l'ail
Rondelé aux Noix
Fruit de saison



Salade de betteraves à l'échalote
Filet de colin sauce oseille
Riz créole
Fromage blanc **BIO** d'Adèle
Fruit de saison



JEUDI

Velouté de légumes **BIO**
Parmentier de patate douce
chef



Velouté de potiron
Emincé de volaille à la moutarde de Fallot
Pommes vapeur
Vache qui rit **BIO**
Yaourt halloween



Chanteneige
Compote de pommes du chef à la cannelle



VENDREDI

Taboulé
Filet de poisson sauce crème
Gratin de courges
Yaourt nature
Compote de pommes du chef



RECETTE ANTI-GASPIL'

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 :

- Épluchures de légumes
- Huile d'olive
- Épices 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 !

