



MENUS '4 SAISONS' | DU 04 NOVEMBRE 2024 AU 01 DÉCEMBRE 2024 |

Goûter 3 composantes - Goûter

Du 04 nov. au 10 nov.

Du 11 nov. au 17 nov.

Du 18 nov. au 24 nov.

Du 25 nov. au 01 déc.

LUNDI

Petit suisse aromatisé  
Gâteau au citron du chef  
Fruit de saison goûter



Madeleine longues pur beurre "Mistral"  
Céréales au chocolat  
Lait 1/2 écrémé



Yaourt nature  
Compote pomme framboise  
Barre de céréale aux abricots

MARDI

Tartare nature  
Fruit de saison  
Pain

Barre de chocolat  
Compote pomme ananas  
Brioche nature

Yaourt nature  
Compote pomme pêche  
Barre de céréale aux pommes

Fraidou  
Compote pomme ananas  
Pain

MERCREDI

Tarte aux fruits rouges  
Fruit de saison goûter  
Lait 1/2 écrémé

Fromage blanc nature  
Fruit de saison  
Petit beurre

Petit suisse aromatisé  
Brioche  
Confiture

Petit suisse aromatisé  
Fruit de saison  
Madeleine

JEUDI

Yaourt aromatisé  
Compote pomme framboise  
Galette Saint Michel x2

Gâteau au chocolat du chef  
Fruit de saison goûter  
Lait 1/2 écrémé



Fromage blanc nature  
Margotine noisette cacao "Mistral"  
Fruit de saison goûter



Yaourt aromatisé  
Fruit de saison  
Boudoirs

VENDREDI

Fromage blanc sucré  
Fruit de saison  
Madeleine

Yaourt nature  
Compote de pommes citron du chef  
Margotine noisette cacao "Mistral"



Gâteau poire chocolat  
Compote de pommes  
Lait 1/2 écrémé



Fromage blanc sucré  
Barre bretonne  
Fruit de saison goûter

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 !





MENUS '4 SAISONS' | DU 02 DÉCEMBRE 2024 AU 22 DÉCEMBRE 2024 |

Goûter 3 composantes - Goûter

Du 02 déc. au 08 déc.

Du 09 déc. au 15 déc.

Du 16 déc. au 22 déc.

LUNDI

Yaourt nature  
Fruit de saison  
Madeleine

Petit suisse aromatisé  
Compote de poires  
Boudoirs

Petit suisse aromatisé  
Compote pomme banane  
Petit beurre

MARDI

Fromage blanc nature  
Compote pomme banane  
Gâteau marbré

Yaourt aromatisé  
Confiture  
Pain

Yaourt nature  
Compote pomme fraise  
Boudoirs

MERCREDI

Barre de chocolat  
Fruit de saison  
Brioche nature

Petit suisse sucré  
Fruit de saison  
Madeleine

Petit suisse aromatisé  
Fruit de saison  
Margotine noisette cacao "Mistral" 

JEUDI

Fromage blanc aromatisé  
Compote de poires  
Petit beurre

Yaourt aux fruits  
Compote pomme pêche  
Galette Saint Michel x2

Petit suisse aromatisé  
Compote pomme banane  
Petit beurre

VENDREDI

Petit suisse aromatisé  
Gâteau au yaourt du chef  
Fruit de saison goûter



Yaourt nature  
Barre bretonne  
Fruit de saison goûter

Yaourt aux fruits  
Brioche  
Coupelle de miel

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 !

