



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

Goûter (compote) - 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

Compote de pommes

Purée de pommes coings

Compote pomme framboise

MARDI

Compote pomme banane

Compote pomme ananas

Compote pomme pêche

Compote pomme ananas

MERCREDI

Compote de pomme cassis

Compote pomme abricot

Compote pomme fraise

Compote de poires

JEUDI

Compote pomme framboise

Compote pomme framboise

Compote de poires

Compote pomme abricot

VENDREDI

Purée de pommes coings

Compote pomme fraise

Compote de pommes

Compote pomme fraise

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 (compote) - Goûter

Du 02 déc. au 08 déc.

Du 09 déc. au 15 déc.

Du 16 déc. au 22 déc.

LUNDI

Compote de pommes

Compote de poires

Compote pomme banane

MARDI

Compote pomme banane

Purée de pommes coings

Compote pomme fraise

MERCREDI

Compote pomme framboise

Compote pomme abricot

Compote pomme abricot

JEUDI

Compote de poires

Compote pomme pêche

Compote pomme banane

VENDREDI

Compote pomme pêche

Compote pomme framboise

Purée pomme pruneau sans sucre

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 !

