



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

Goûter (laitage et 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

Petit suisse nature
Compote de pommes

Fromage blanc nature
Purée de pommes coings

Yaourt nature
Compote pomme framboise

MARDI

Petit suisse nature
Compote pomme banane

Yaourt nature
Compote pomme ananas

Yaourt nature
Compote pomme pêche

Fromage blanc nature
Compote pomme ananas

MERCREDI

Yaourt nature
Compote de pomme cassis

Fromage blanc nature
Compote pomme abricot

Petit suisse nature
Compote pomme fraise

Petit suisse nature
Compote de poires

JEUDI

Yaourt nature
Compote pomme framboise

Fromage blanc nature
Compote pomme framboise

Fromage blanc nature
Compote de poires

Yaourt nature
Compote pomme abricot

VENDREDI

Fromage blanc nature
Purée de pommes coings

Yaourt nature
Compote pomme fraise

Yaourt nature
Compote de pommes

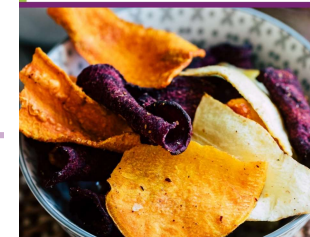
Fromage blanc nature
Compote pomme fraise

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 (laitage et compote) - Goûter

Du 02 déc. au 08 déc.

Du 09 déc. au 15 déc.

Du 16 déc. au 22 déc.

LUNDI

Yaourt nature
Compote de pommes

Petit suisse nature
Compote de poires

Petit suisse nature
Compote pomme banane

MARDI

Fromage blanc nature
Compote pomme banane

Fromage blanc nature
Purée de pommes coings

Yaourt nature
Compote pomme fraise

MERCREDI

Fromage blanc nature
Compote pomme framboise

Fromage blanc nature
Compote pomme abricot

Petit suisse nature
Compote pomme abricot

JEUDI

Fromage blanc nature
Compote de poires

Yaourt nature
Compote pomme pêche

Petit suisse nature
Compote pomme banane

VENDREDI

Petit suisse nature
Compote pomme pêche

Yaourt nature
Compote pomme framboise

Yaourt nature
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 !

