

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

Menu mixé 2 composantes leg/comp - Déjeuner

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

Purée de courgettes  
Compote de poires



Purée dubarry  
Compote pomme ananas



Purée dubarry  
Purée de pommes coings



MARDI

Purée de potiron  
Compote pomme fraise



Purée de brocolis  
Compote de pommes

Purée florentine  
Compote de pommes



Purée de carottes  
Purée pomme pruneau sans sucre



MERCREDI

Purée de haricots verts  
Compote de pommes



Purée florentine  
Compote de pommes



Purée de potiron  
Compote pomme banane



Purée florentine  
Compote pomme pêche



JEUDI

Purée de carottes  
Purée pomme pruneau sans sucre



Purée de carottes  
Compote pomme menthe du chef



Purée de brocolis  
Compote de pommes du chef



Purée de haricots verts  
Compote de pommes



VENDREDI

Purée dubarry  
Compote pomme framboise



Purée de petits pois  
Compote de pommes citron du chef



Purée de carottes  
Compote pomme abricot



Purée de céleri  
Compote de poires

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 :

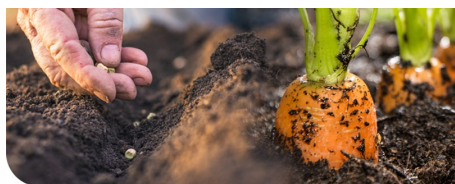
- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

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 29 DÉCEMBRE 2024

Menu mixé 2 composantes leg/comp - Déjeuner

Du 02 déc. au 08 déc.

Du 09 déc. au 15 déc.

Du 16 déc. au 22 déc.

Du 23 déc. au 29 déc.

LUNDI

Purée de navets  
Compote pomme banane

Purée de haricots verts  
Compote de pommes

🍷 Purée de potiron  
Compote pomme abricot

MARDI

Purée d'haricots beurre  
Compote de poires

🍷 Purée de carottes  
Compote pomme fraise

🍷 Purée de carottes  
Purée pomme pruneau sans sucre

MERCREDI

Purée de brocolis  
Compote pomme pêche

Purée de petits pois  
Compote de pommes citron du chef

🍷 Purée de brocolis  
Compote pommes cassis du chef

JEUDI

Purée de potiron  
Purée de pommes coings

🍷 Purée florentine  
Compote pomme framboise

🍷 Purée de céleri  
Compote de pommes

VENDREDI

Purée de carottes  
Compote pommes cassis du chef

🍷 Purée dubarry  
Compote de poires fleur d'oranger du chef

🍷 Purée de patate douce  
Compote de pommes du chef à la cannelle

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 !





BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !

MENUS '4 SAISONS' | DU 30 DÉCEMBRE 2025 AU 05 JANVIER 2025

Menu mixé 2 composantes leg/comp - Déjeuner

Du 30 déc. au 05 janv.

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

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 !

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS \*

