



MENUS '4 SAISONS' | DU 06 JANVIER 2025 AU 02 FÉVRIER 2025 |

Goûter (laitage et compote) - Goûter

Du 06 janv. au 12 janv.

Du 13 janv. au 19 janv.

Du 20 janv. au 26 janv.

Du 27 janv. au 02 févr.

LUNDI

Yaourt nature
Compote pomme banane

Fromage blanc nature
Compote pomme framboise

Fromage blanc nature
Compote pomme banane

Fromage blanc nature
Compote de pommes

MARDI

Petit suisse nature
Compote pomme framboise

Petit suisse nature
Compote pomme pêche

Fromage blanc nature
Compote pomme fraise

Yaourt nature
Compote pommes abricots
(individuelle)

MERCREDI

Fromage blanc nature
Compote de coing (ind)

Yaourt nature
Purée pomme pruneau sans sucre

Fromage blanc nature
Compote de pomme cassis

Petit suisse nature
Compote de poires

JEUDI

Petit suisse nature
Compote de poires

Fromage blanc nature
Compote pomme abricot

Yaourt nature
Compote de pommes

Fromage blanc nature
Compote pomme banane

VENDREDI

Fromage blanc nature
Compote pomme fraise

Petit suisse nature
Compote pomme fraise (individuelle)

Petit suisse nature
Compote de poires

Fromage blanc nature
Compote pomme framboise

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 03 FÉVRIER 2025 AU 23 FÉVRIER 2025

Goûter (laitage et compote) - Goûter

Du 03 févr. au 09 févr.

Du 10 févr. au 16 févr.

Du 17 févr. au 23 févr.

LUNDI

Yaourt nature
Compote pomme banane

Fromage blanc nature
Compote pomme banane

Yaourt nature
Compote pomme fraise

MARDI

Fromage blanc nature
Compote pomme pêche

Yaourt nature
Compote de coing (ind)

Petit suisse nature
Compote de pommes

MERCREDI

Yaourt nature
Compote pomme fraise (individuelle)

Petit suisse nature
Compote pomme framboise

Fromage blanc nature
Purée pomme pruneau sans sucre

JEUDI

Petit suisse nature
Compote de poires

Fromage blanc nature
Compote de pomme cassis

Yaourt nature
Compote pomme abricot

VENDREDI

Petit suisse nature
Compote de pommes

Fromage blanc nature
Purée pomme pruneau sans sucre

Petit suisse nature
Compote pomme banane

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 !

