



MENUS '4 SAISONS' | DU 24 FÉVRIER 2025 AU 09 MARS 2025

Goûter (laitage et compote) - Goûter

Du 24 févr. au 02 mars

Du 03 mars au 09 mars

LUNDI

Yaourt nature
Compote pomme banane

Fromage blanc nature
Compote pomme pêche

MARDI

Fromage blanc nature
Compote de pomme cassis

Yaourt nature
Purée pomme pruneau sans sucre

MERCREDI

Petit suisse nature
Compote pomme abricot

Petit suisse nature
Compote de pommes

JEUDI

Fromage blanc nature
Purée pomme pruneau sans sucre

Yaourt nature
Compote pomme abricot

VENDREDI

Yaourt nature
Compote de pomme cassis

Fromage blanc nature
Compote pomme pêche

RECETTE ANTI-GASPIS'

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 !

