



Menu mixé 3 composantes v/leg/comp - Déjeuner

Du 24 févr. au 02 mars

Du 03 mars au 09 mars

LUNDI

Haché fin de boeuf
Purée florentine
Compote pomme fraise



Haché fin de volaille
Purée de patate douce
Compote pomme banane



MARDI

Haché fin de veau
Purée de haricots verts
Purée de pommes coings



Haché fin de poisson
Purée de brocolis
Compote pomme framboise



MERCREDI

Haché fin de volaille
Purée de navets
Compote de poires



Haché fin de veau
Purée de carottes
Purée de pommes coings



JEUDI

Haché fin de poisson
Purée dubarry
Compote pomme framboise



Haché fin de volaille
Purée d'haricots beurre
Compote pomme fraise



VENDREDI

Haché fin de volaille
Purée de potiron
Compote de pommes citron du chef



Haché fin de boeuf
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 !

