



MENUS '4 SAISONS' | DU 10 MARS 2025 AU 06 AVRIL 2025

Goûter 3 composantes - Goûter

Du 10 mars au 16 mars

Du 17 mars au 23 mars

Du 24 mars au 30 mars

Du 31 mars au 06 avr.

LUNDI

Fromage blanc aromatisé
Compote pomme fraise
Boudoirs

Fromage blanc nature
Fruit de saison
Madeleine longues pur beurre "Mistral"

Fruit de saison
Céréales au chocolat
Lait 1/2 écrémé

Yaourt aux fruits
Fruit de saison
Boudoirs

MARDI

Lait et chocolat en poudre
Fruit de saison
Petit beurre

Cancoillotte nature IGP
Compote pomme menthe du chef
Pain

Yaourt nature
Compote pomme framboise
Boudoirs

Petit suisse sucré
Compote de pommes fleur d'oranger du chef
Galette Saint Michel x2

MERCREDI

Barre de chocolat
Compote de pommes du chef
Brioche nature

Petit suisse sucré
Cake d'anniversaire du chef au yaourt
Fruit de saison

Petit suisse sucré
Fruit de saison
Madeleine

Yaourt nature
Compote de pêches
Sablés de Retz

JEUDI

Petit suisse aromatisé
Gâteau au chocolat du chef
Fruit de saison

Yaourt nature
Fruit de saison
Galette Saint Michel x2

Fruit de saison
Pain
Miel

Fromage blanc aromatisé
Brownies d'anniversaire du chef
Fruit de saison

VENDREDI

Yaourt nature
Compote pomme banane
Sablés de Retz

Fromage blanc aromatisé
Compote de pommes
Petit beurre

Fromage blanc nature
Compote pommes cassis du chef
Petit beurre

P'tit cottentin ail et fines herbes
Compote pomme framboise
Pain

RECETTE ANTI-GASPPI'

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 !





Goûter 3 composantes - Goûter

Du 07 avr. au 13 avr.

Du 14 avr. au 20 avr.

LUNDI

Yaourt nature
Compote de poires
Madeleine

Fruit de saison
Confiture
Pain

MARDI

Petit suisse aromatisé
Gâteau au citron du chef
Fruit de saison

Petit suisse sucré
Fruit de saison
Margotine noisette cacao "Mistral"

MERCREDI

Verre de lait et sirop
Fruit de saison
Madeleine longues pur beurre "Mistral"

Fromage blanc nature
Compote de pommes citron du chef
Sablés de Retz

JEUDI

Fruit de saison
Coupelle de miel
Pain

Yaourt nature
Gâteau tout chocolat et oeuf en
chocolat
Compote de pommes

VENDREDI

Yaourt nature
Compote pomme fruits rouges du chef
Galette Saint Michel x2

Petit suisse sucré
Compote pomme framboise
Petit beurre

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 !

