



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

Goûter (compote) - 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	Compote pomme fraise	Compote pomme banane	Compote pomme fraise	Compote pomme abricot
MARDI	Compote de poires	Compote pomme menthe du chef 	Compote pomme framboise	Compote de pommes fleur d'oranger du chef 
MERCREDI	Compote de pommes du chef 	Compote pomme framboise	Compote de poires	Compote de pêches
JEUDI	Compote pomme abricot	Compote de pêches	Compote de pommes	Compote de pommes
VENDREDI	Compote pomme banane	Compote de pommes	Compote pommes cassis du chef 	Compote pomme framboise

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 !





Goûter (compote) - Goûter

Du 07 avr. au 13 avr.

Du 14 avr. au 20 avr.

LUNDI

Compote de poires

Compote de poires

MARDI

Compote pomme banane

Compote de pommes

MERCREDI

Compote pomme framboise

Compote de pommes citron du chef 

JEUDI

Compote de pommes

Compote de pommes

VENDREDI

Compote pomme fruits rouges du chef 

Compote pomme framboise

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 !

