



Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 21 avr. au 27 avr.

Du 28 avr. au 04 mai

LUNDI

Salade de haricots verts
Omelette aux herbes du chef
Coquillettes **BIO**
Cantal
Compote de Pommes **BIO**



MARDI

Betteraves **BIO** en salade
Filet de poisson sauce corail
Semoule **BIO**
Tartare ail et fines herbes
Flan vanille



Salade de blé à l'orientale
Cordon bleu
Epinards **BIO** et croûtons
Edam
Fruit



MERCREDI

Crêpe au fromage
Emincé de volaille aux olives
Courgettes persillées **BIO**
Emmental **BIO**
Fruit



Lentille **BIO** en salade
Sauté de bœuf sauce paprika
Choux fleurs **BIO** persillés
Camembert
Flan chocolat



JEUDI

Salade verte **BIO**
Hachis parmentier du chef
Bûchette mélangée
Compote de pommes



VENDREDI

Carottes râpées **BIO**
Nuggets végétal
Printanière de légumes
Yaourt nature **BIO**
Gâteau du chef aux myrtilles



Céleri râpé **BIO** vinaigrette
Emincé de dinde au thym et citron
Pommes boulangères
Fromage blanc aromatisé
Beignet aux pommes



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 !

