



Menu grands 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 colin sauce citron  
Semoule **BIO**  
Tartare ail et fines herbes  
Compote pomme fraise



Salade de blé à l'orientale  
Poulet au thym et citron  
Epinards **BIO** et croûtons  
Edam  
Fruit



MERCREDI

Macédoine vinaigrette  
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  
Compote pomme fraise



JEUDI

Taboulé de choux fleurs  
Hachis parmentier du chef  
Bûchette mélangée  
Compote de pommes



VENDREDI

Carottes râpées **BIO**  
Omelette nature  
Printanière de légumes  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit



Céleri râpé **BIO** vinaigrette  
Emincé de dinde au thym et citron  
Pommes boulangères  
Fromage blanc aromatisé  
Compote pomme abricot



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 !

