



MENUS '4 SAISONS' | DU 02 SEPTEMBRE 2024 AU 29 SEPTEMBRE 2024

Goûter 3 composantes - Goûter

Du 02 sept. au 08 sept.

Du 09 sept. au 15 sept.

Du 16 sept. au 22 sept.

Du 23 sept. au 29 sept.

LUNDI

Yaourt aromatisé
Fruit de saison
Madeleine

Fromage blanc aromatisé
Compote de pêches
Boudoirs

Vache qui rit
Compote de poires
Pain

Fruit de saison goûter
Yaourt aux fruits
Madeleine coquille pur beurre "Mistral"

MARDI

P'tit cottentin nature
Compote de pommes
Pain

Barre de chocolat
Fruit de saison
Brioche nature

Yaourt nature sucré
Fruit de saison
Madeleine

Fraidou
Compote de pommes
Pain

MERCREDI

Compote pomme ananas
Céréales
Lait 1/2 écrémé

Fromage blanc nature
Confiture
Pain

Lait et chocolat en poudre
Compote pomme fraise
Petit beurre

Petit suisse aromatisé
Compote pomme menthe du chef
Boudoirs

JEUDI

Petit suisse sucré
Barre bretonne
Fruit de saison goûter

Yaourt nature
Clafoutis du chef aux fruits rouges
Madeleine

Petit suisse sucré
Fruit de saison
Carré fourré aux fruits

Fromage blanc nature
Fruit de saison
Palets pur beurre "Mistral"

VENDREDI

Fromage blanc nature
Fruit de saison
Petit beurre

Petit suisse sucré
Compote pomme banane
Galette Saint Michel x2

Fromage blanc aromatisé
Gâteau du chef aux myrtilles
Compote pommes abricots
(individuelle)

Barre de chocolat
Compote de pomme cassis
Brioche nature

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 !





MENUS '4 SAISONS' | DU 30 SEPTEMBRE 2024 AU 20 OCTOBRE 2024

Goûter 3 composantes - Goûter


Du 30 sept. au 06 oct.

Du 07 oct. au 13 oct.

Du 14 oct. au 20 oct.


LUNDI

Yaourt aromatisé
Compote de pommes
Madeleine

Fromage blanc sucré
Compote de poires
Margotine noisette cacao "Mistral" 

Fromage fondu le carré
Compote pomme banane
Pain

MARDI


Petit suisse sucré
Compote de pêches
Margotine noisette cacao "Mistral" 

Yaourt nature
Fruit de saison
Madeleine

Fruit de saison
Céréales au chocolat
Lait 1/2 écrémé


MERCREDI


Fromage blanc nature
Barre bretonne
Fruit de saison goûter

Lait (indiv)
Gâteau à l'orange du chef
Compote de coing (ind) 

Fromage blanc aromatisé
Compote pomme abricot
Galette Saint Michel x2

JEUDI


Cancoillotte nature IGP
Compote de poires
Pain 

Yaourt nature sucré
Compote de pommes du chef
Petit beurre 

Petit suisse sucré
Fruit de saison
Madeleine

VENDREDI

Lait (indiv)
Gâteau du chef aux speculoos
Fruit de saison goûter 

Samos
Fruit de saison
Pain 

Yaourt nature
Fruit de saison
Petit beurre

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 !

