



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

Goûter (compote) - 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.

	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	Compote pomme pêche	Compote de pêches	Compote de poires	Compote pomme banane
MARDI	Compote de pommes	Compote pomme banane	Purée pomme pruneau sans sucre	Compote de pommes
MERCREDI	Compote pomme ananas	Compote pomme abricot	Compote pomme fraise	Compote pomme menthe du chef 
JEUDI	Compote pomme framboise	Compote pomme fraise	Compote pomme framboise	Compote pomme fraise
VENDREDI	Compote pomme fraise	Compote pomme banane	Compote pomme abricot	Compote de pomme cassis

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 (compote) - Goûter

Du 30 sept. au 06 oct.

Du 07 oct. au 13 oct.

Du 14 oct. au 20 oct.

LUNDI

Compote de pommes

Compote de poires

Compote pomme banane

MARDI

Compote de pêches

Compote pomme banane

Compote pomme framboise

MERCREDI

Purée de pommes coings

Compote de coing (ind)

Compote pomme abricot

JEUDI

Compote de poires

Compote de pommes du chef

 Purée de pommes coings

VENDREDI

Compote pomme fraise

Compote pomme fraise

Compote pomme fraise

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 !

