

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

Goûter (laitage et 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.

LUNDI

Yaourt nature
Compote pomme pêche

Petit suisse nature
Compote de pêches

Fromage blanc nature
Compote de poires

Yaourt nature
Compote pomme banane

MARDI

Fromage blanc nature
Compote de pommes

Yaourt nature
Compote pomme banane

Petit suisse nature
Purée pomme pruneau sans sucre

Petit suisse nature
Compote de pommes

MERCREDI

Yaourt nature
Compote pomme ananas

Fromage blanc nature
Compote pomme abricot

Yaourt nature
Compote pomme fraise

Fromage blanc nature
Compote pomme menthe du chef

JEUDI

Petit suisse nature
Compote pomme framboise

Yaourt nature
Compote pomme banane

Petit suisse nature
Compote pomme framboise

Fromage blanc nature
Compote pomme pêche

VENDREDI

Fromage blanc nature
Compote pomme fraise

Petit suisse nature
Purée pomme fraise

Fromage blanc nature
Compote pomme abricot

Petit suisse nature
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 :

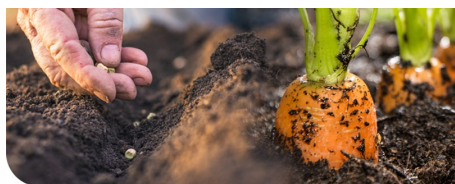
- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

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 (laitage et compote) - Goûter

Du 30 sept. au 06 oct.

Du 07 oct. au 13 oct.

Du 14 oct. au 20 oct.

LUNDI

Yaourt nature
Compote de pommes

Fromage blanc nature
Compote de poires

Yaourt nature
Compote pomme banane

MARDI

Petit suisse nature
Compote de pêches

Yaourt nature
Compote pomme banane

Fromage blanc nature
Compote pomme framboise

MERCREDI

Fromage blanc nature
Purée de pommes coings

Petit suisse nature
Compote de coing (ind)

Petit suisse nature
Compote pomme abricot

JEUDI

Petit suisse nature
Compote de poires

Yaourt nature
Compote de pommes du chef

Fromage blanc nature
Purée de pommes coings

VENDREDI

Yaourt nature
Compote pomme fraise

Fromage blanc nature
Compote pomme fraise

Yaourt nature
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 !

