



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

Menu mixé 1 composante - Déjeuner

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

Purée de brocolis

Purée de céleri

Purée de brocolis

Purée florentine



MARDI

Purée de potiron marron



Purée d'haricots beurre



Purée de carottes



Purée de haricots verts



MERCREDI

Purée de haricots verts



Purée florentine



Purée de navets

Purée dubarry



JEUDI

Purée de navets

Purée dubarry



Purée d'haricots beurre



Purée de courgettes



VENDREDI

Purée de courgettes



Purée de carottes



Purée florentine



Purée de céleri

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 |

Menu mixé 1 composante - Déjeuner

Du 30 sept. au 06 oct.

Du 07 oct. au 13 oct.

Du 14 oct. au 20 oct.

LUNDI

Purée d'haricots beurre



Purée dubarry



Purée dubarry



MARDI

Purée de carottes



Purée de panais



Purée d'haricots beurre



MERCREDI

Purée de brocolis

Purée florentine



Purée de carottes



JEUDI

Purée florentine



Purée de céleri

Purée de petits pois

VENDREDI

Purée de potiron



Purée de haricots verts



Purée de brocolis

RECETTE ANTI-GASPIS'

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 !

