



MENUS '4 SAISONS' | DU 24 FÉVRIER 2025 AU 09 MARS 2025

Goûter 3 composantes - Goûter

Du 24 févr. au 02 mars

Du 03 mars au 09 mars

LUNDI

Yaourt nature
Compote pomme banane
Petit beurre

Vache qui rit
Compote pomme pêche
Pain

MARDI

Fromage blanc sucré
Compote de pomme cassis
Galette Saint Michel x2

Barre de chocolat
Brioche
Fruit de saison

MERCREDI

Fruit de saison
Céréales au chocolat
Lait 1/2 écrémé

Petit suisse aromatisé
Gâteau au citron du chef
Fruit de saison

JEUDI

Fruit de saison
Confiture
Pain

Yaourt aux fruits
Compote pomme abricot
Boudoirs

VENDREDI

Yaourt aux fruits
Fruit de saison
Madeleine

Fruit de saison
Céréales
Lait 1/2 écrémé

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 !

