



MENUS '4 SAISONS' | DU 21 AVRIL 2025 AU 04 MAI 2025 |

Goûter (laitage et compote) - Goûter

Du 21 avr. au 27 avr.

Du 28 avr. au 04 mai

LUNDI

Yaourt nature  
Purée de pommes coings

MARDI

Petit suisse nature  
Compote pomme abricot

Fromage blanc nature  
Compote pomme pêche

MERCREDI

Fromage blanc nature  
Compote pomme banane

Petit suisse nature  
Compote pomme framboise

JEUDI

Yaourt nature  
Compote de pêches

VENDREDI

Petit suisse nature  
Compote pomme fraise

Petit suisse nature  
Compote de pomme cassis

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 !

