



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

Goûter 3 composantes - Goûter

Du 21 avr. au 27 avr.

Du 28 avr. au 04 mai

LUNDI

Yaourt nature
Fruit
Petit beurre

MARDI

Petit suisse sucré
Fruit
Boudoirs

Fromage blanc sucré
Compote pomme pêche
Galette Saint Michel x2

MERCREDI

Fromage blanc nature
Compote pomme banane
Galette Saint Michel x2

Fruit
Céréales au chocolat
Lait 1/2 écrémé

JEUDI

Yaourt aux fruits
Fruit
Madeleine

VENDREDI

Petit suisse sucré
Gâteau du chef aux myrtilles
Fruit de saison

Vache qui rit
Fruit
Pain

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 !

