



MENUS '4 SAISONS' | DU 1 SEPTEMBRE 2025 AU 28 SEPTEMBRE 2025 |

Goûter (laitage et compote) - Goûter

Du 01 sept. au 07 sept. | Du 08 sept. au 14 sept. | Du 15 sept. au 21 sept. | Du 22 sept. au 28 sept.

	Du 01 sept. au 07 sept.	Du 08 sept. au 14 sept.	Du 15 sept. au 21 sept.	Du 22 sept. au 28 sept.
LUNDI	Yaourt nature Compote pomme framboise	Fromage blanc 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 pêche
JEUDI	Petit suisse nature Compote de pommes	Yaourt nature Compote de pommes	Petit suisse nature Compote pomme framboise	Fromage blanc nature Compote pomme framboise
VENREDI	Fromage blanc nature Compote pomme fraise	Petit suisse nature Compote pomme banane	Fromage blanc nature Compote pommes abricots (individuelle)	Petit suisse nature Compote 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 !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS



MENUS '4 SAISONS' | DU 29 SEPTEMBRE 2025 AU 19 OCTOBRE 2025 |

Goûter (laitage et compote) - Goûter

	Du 29 sept. au 05 oct.	Du 06 oct. au 12 oct.	Du 13 oct. au 19 oct.
LUNDI	Yaourt nature Compote de pommes	Fromage blanc nature Compote pomme ananas	Yaourt nature Compote pomme banane
MARDI	Petit suisse nature Compote de pêches	Yaourt nature Compote pomme banane	Petit suisse nature Compote pomme framboise
MERCREDI	Fromage blanc nature Purée de pommes coings	Petit suisse nature Compote de coing (ind)	Yaourt nature Compote pomme abricot
JEUDI	Fromage blanc nature Compote de poires	Yaourt nature Compote de pommes du chef	Yaourt nature Compote de coing (ind)
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 !

