



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

Goûter (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.
LUNDI	Compote pomme framboise	Compote de pêches	Compote de poires	Compote pomme banane
MARDI	Compote de pommes	Compote pomme banane	Purée pomme pruneau sans sucre	Compote de pommes
MERCREDI	Compote pomme ananas	Compote pomme abricot	Compote pomme fraise	Compote pomme pêche
JEUDI	Compote de pommes	Compote de pommes	Compote pomme framboise	Compote pomme framboise
VENDREDI	Compote pomme fraise	Compote pomme banane	Compote pommes abricots (individuelle)	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 !





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

Goûter (compote) - Goûter

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

