

MENUS '4 SAISONS' | DU 20 OCTOBRE 2025 AU 2 NOVEMBRE 2025 |

Goûter (compote) - Goûter

Du 20 oct. au 26 oct.

Du 27 oct. au 02 nov.

LUNDI

Compote pomme framboise

Compote pomme fraise

MARDI

Compote pomme banane

Compote pomme framboise

MERCREDI

Compote de pommes

Compote pomme cassis

JEUDI

Compote de poires

Compote de pêches

VENDREDI

Compote pomme ananas

Compote pomme banane

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 :

- Épluchures de légumes
- Huile d'olive
- Épices 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 !

