

MENUS '4 SAISONS' | DU 3 NOVEMBRE 2025 AU 30 NOVEMBRE 2025 |

Goûter 3 composantes - Goûter

	Du 03 nov. au 09 nov.	Du 10 nov. au 16 nov.	Du 17 nov. au 23 nov.	Du 24 nov. au 30 nov.
LUNDI	Compote pomme fraise Céréales Lait 1/2 écrémé	Barre de chocolat Compote pomme ananas Brioche nature	Fruit Pain Vache picon	Yaourt nature Compote pomme framboise Petit beurre
MARDI	Tartare nature Compote pomme banane Pain		Yaourt nature Compote de pêches Palmier	Fraidou Compote pomme ananas Pain
MERCREDI	Petit suisse aromatisé Gâteau du chef au citron Fruit de saison	Fromage blanc nature Fruit Petit beurre	Petit suisse nature Brioche Confiture Compote de pomme banane	Petit suisse aromatisé Compote pomme pruneaux Madeleine longues pur beurre "Mistral"
JEUDI	Yaourt aromatisé Compote pomme framboise Galette Saint Michel x2	Gâteau du chef tout choco Fruit Lait 1/2 écrémé	Fromage blanc nature Fruit Margotine noisette cacao "Mistral"	Yaourt aromatisé Compote pomme pruneaux Brioche nature
VENDREDI	Fromage blanc nature Fruit Madeleine	Petit suisse nature Fruit Gâteau noix de coco du chef	Gâteau au chocolat du chef Compote maison de pomme banane Lait 1/2 écrémé	Fromage blanc + confiture Barre bretonne Fruit de saison

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 !



MENUS '4 SAISONS' | DU 1 DÉCEMBRE 2025 AU 21 DÉCEMBRE 2025 |

Goûter 3 composantes - Goûter

Du 01 déc. au 07 déc.

Du 08 déc. au 14 déc.

Du 15 déc. au 21 déc.

LUNDI

Yaourt nature
Compote de pommes
Madeleine

Petit suisse aromatisé
Compote de poires
Boudoirs

Petit suisse aromatisé
Compote pomme banane
Petit beurre

MARDI

Fromage blanc nature
Compote pomme banane
Gâteau marbré

Petit suisse sucré
Confiture
Pain

Yaourt nature
Compote pomme fraise
Boudoirs

MERCREDI

Barre de chocolat
Brioche
Fruit de saison

Fruit
Yaourt nature
Madeleine longues pur beurre "Mistral"

Emmental
Fruit
Pain

JEUDI

Fromage blanc aromatisé
Compote de poires
Petit beurre

Yaourt aux fruits
Compote de pêches
Galette Saint Michel x2

Clémentine et papillottes
Brioche
Petit suisse nature 40%

VENDREDI

Petit suisse nature
Gâteau du chef au yaourt
Fruit de saison

Yaourt nature
Barre bretonne
Fruit de saison

Yaourt aux fruits
Brioche
Confiture

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 !

