

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

Menu mixé 3 composantes v/leg/comp - Déjeuner

	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	Haché fin de poisson Purée de courgettes Compote de poires	Haché fin de boeuf Purée de brocolis Compote de pommes	Haché fin de veau Purée dubarry Compote pomme ananas	Haché fin de veau Purée dubarry Purée de pommes coings
MARDI	Haché fin de veau Purée de potiron Compote pomme fraise		Haché fin de poisson Purée de brocolis Compote de pommes	Haché fin de boeuf Purée de carottes Purée pomme pruneau sans sucre
MERCREDI	Haché fin de volaille Haricots verts BIO à l'ail Compote de pommes fleur d'oranger du chef	Haché fin de veau Purée florentine Compote de poire	Haché fin de boeuf Purée de potiron Compote pomme banane	Haché fin de poisson Purée florentine Compote de pêches
JEUDI	Haché fin de boeuf Purée de carottes Purée pomme pruneau sans sucre	Haché fin de volaille Purée de carottes Compote pomme menthe du chef	Haché fin de volaille Purée de haricots verts Compote de pommes du chef	Haché fin de veau Purée de haricots verts Compote pomme menthe du chef
VENREDI	Haché fin de poisson Purée dubarry Compote de pommes du chef	Haché fin de poisson Purée de petits pois Compote de pommes citron du chef	Haché fin de veau Purée de carottes Compote pomme abricot	Haché fin de volaille Purée de céleri Compote de pommes fleur d'oranger du chef

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 1 DÉCEMBRE 2025 AU 21 DÉCEMBRE 2025 |

Menu mixé 3 composantes v/leg/comp - Déjeuner

Du 01 déc. au 07 déc.

Du 08 déc. au 14 déc.

Du 15 déc. au 21 déc.

LUNDI

Haché fin de boeuf
Purée de navets
Compote pomme banane

Haché fin de poisson
Purée de haricots verts
Compote de pommes

Haché fin de volaille
Purée de potiron
Compote pomme abricot

MARDI

Haché fin de veau
Purée d'haricots beurre
Compote de poires

Haché fin de boeuf
Purée de carottes
Compote pomme fraise

Haché fin de veau
Purée de carottes
Purée pomme pruneau sans sucre

MERCREDI

Haché fin de volaille
Purée de brocolis
Compote pomme pêche

Haché fin de veau
Purée de petits pois
Compote de pommes citron du chef

Haché fin de poisson
Purée de brocolis
Compote pommes cassis du chef

JEUDI

Haché fin de poisson
Purée de potiron
Purée de pommes coings

Haché fin de volaille
Purée florentine
Compote pomme framboise

Haché fin de boeuf
Purée de céleri
Compote de pommes

VENREDI

Haché fin de boeuf
Purée de carottes
Compote pommes cassis du chef

Haché fin de veau
Purée dubarry
Compote de poires fleur d'oranger du chef

Haché fin de veau
Purée de patate douce
Compote pomme framboise

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 !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS