

MENUS '4 SAISONS' | DU 9 FÉVRIER 2026 AU 22 FÉVRIER 2026 |

Menu mixé 2 composantes leg/comp - Déjeuner

Du 09 févr. au 15 févr.

Du 16 févr. au 22 févr.

LUNDI

Purée de carottes
Compote pomme fraise

Purée de navets
Compote de pommes

MARDI

Purée de potiron
Compote de pommes

Purée de carottes
Compote pomme abricot

MERCREDI

Purée d'haricots beurre
Compote pomme banane

Purée de potiron
Compote pomme menthe du chef

JEUDI

Purée dubarry
Compote poires caramel du chef

Purée de céleri
Compote pommes myrtilles du chef

VENREDI

Purée de courgettes
Compote de pêches

Purée de haricots verts
Compote de poires

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