



MENUS '4 SAISONS' | DU 21 OCTOBRE 2024 AU 03 NOVEMBRE 2024

Goûters STD 3 Compo - Goûter

Du 21 oct. au 27 oct.

Du 28 oct. au 03 nov.

LUNDI

Compote de pommes
Pain et tartare nature

Velouté fruits mixé
Fruit de saison
Madeleine

MARDI

Petit suisse aromatisé
Fruit de saison
Madeleine

Compote de pommes bananes
Pain et vache picon

MERCREDI

Yaourt nature
Fruit de saison
Petits beurrés

Fromage blanc nature
Fruit de saison
Moelleux fourré abricot

JEUDI

Fromage blanc nature
Pain et chocolat tablette

Petit suisse sucré
Compote de pommes
Gaufrette vanille

VENDREDI

Petit suisse sucré
Fruit de saison
Moelleux fourré fraise

Yaourt nature
Fruit de saison
Gaufrette vanille

RECETTE ANTI-GASPIS

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 !

