



MENUS '4 SAISONS' | DU 24 FÉVRIER 2025 AU 09 MARS 2025 |

Vernaison s/viande - Déjeuner

Du 24 févr. au 02 mars

Du 03 mars au 09 mars

LUNDI

Salade de blé à l'orientale  
Quenelles sauce blanche  
Epinards hachés **BIO**  
Fruit de saison



Salade coleslaw  
Cappelletti ricotta épinards sauce  
crème  
Yaourt nature **BIO**



MARDI

Salade de riz **BIO**  
Omelette **BIO**  
Haricots verts **BIO** persillés  
Velouté fruits mixé



Salade Arlequin (carottes, salade verte,  
maïs)  
Poisson pané  
Pommes noisettes  
Beignet aux pommes  
Ketchup (dosette)



MARDI GRAS

MERCREDI

Velouté de légumes du chef  
Lasagnes de légumes  
Crème dessert **BIO**



Salade de boulghour **BIO**  
Crêpe au fromage  
Carottes à la crème  
Compote pomme framboise



JEUDI

Filet de colin sauce oseille  
Choux fleurs persillés  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Gâteau au chocolat du chef



Chili sin carne  
Riz à la tomate  
Petite tomme **BIO** du Trièves  
Fruit **BIO** de saison



VENDREDI

Pavé fromager  
Purée de pommes de terre  
Cantal AOP  
Compote de pommes



Salade verte fraîche  
Cubes de saumon sauce aurore  
Semoule **BIO**  
Crème onctueuse au chocolat



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 !

