



MENUS '4 SAISONS' | DU 6 AVRIL 2026 AU 19 AVRIL 2026 |

Vernaison s/viande - Déjeuner

Du 06 avr. au 12 avr.

Du 13 avr. au 19 avr.

LUNDI

Omelette nature fraîche  
Riz **BIO** à la tomate  
Cantal AOP  
Compote de Pommes **BIO**



MARDI

Lentille **BIO** en salade  
Quenelles aux olives  
Poêlée multicolore  
Flan vanille



Salade de blé à l'orientale  
Pavé fromager  
Epinards hachés **BIO**  
Fruit



MERCREDI

Crêpe au fromage  
Poisson pané  
Pommes noisettes  
Fruits **BIO** de saison



Tajine de poisson  
Semoule **BIO**  
Camembert  
Flan chocolat



JEUDI

Lasagnes de légumes  
Bûchette mélangée  
Purée de pommes poires **BIO**



Salade iceberg  
Chili sin carne  
Pâtes **BIO**  
Yaourt aromatisé



VENDREDI

Nuggets végétal  
Printanière de légumes  
Yaourt nature **BIO**  
Donuts



Crêpe au fromage  
Pommes boulangères  
Fromage blanc nature  
Gâteau du chef aux pépites de 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 !

