



Menu standard - Déjeuner

Du 21 oct. au 27 oct.

Du 28 oct. au 03 nov.

LUNDI

Salade de choux fleur vinaigrette  
Sauce carbonara aux lardons \*  
Macaronis **BIO** et fromage râpé  
Flan chocolat



Salade de pâtes **BIO**  
Croq veggie à la tomate  
Poêlée arlequin  
Compote pomme banane



MARDI

Friand au fromage  
Omelette **BIO** du chef  
Jeunes carottes au jus  
Fruit **BIO** de saison



Sauté de boeuf sauce tomate  
Pommes vapeur  
Petit suisse sucré  
Fruit **BIO** de saison



MERCREDI

Paupiette de veau au jus  
Boulghour **BIO**  
Lou mirabel  
Compote de pommes **BIO**



Coleslaw **BIO** du chef  
Filet de colin sauce ciboulette  
Riz camarguais **BIO**  
Flan vanille nappé caramel



JEUDI

Betteraves **BIO** en salade  
Calamars à la romaine et citron  
Pommes noisettes  
Fromage blanc sucré



Velouté de potiron du chef  
Parmentier de courges  
Fruit **BIO** de saison



VENDREDI

Blanquette de volaille à l'ancienne  
Haricots verts persillés  
Yaourt nature **BIO**  
Gâteau du chef aux pommes



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 !

