



MENUS '4 SAISONS' | DU 15 AVRIL 2024 AU 28 AVRIL 2024 |

Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 15 avr. au 21 avr.

Du 22 avr. au 28 avr.

LUNDI

Chou blanc frais mayonnaise
Pizza au fromage
Salade verte fraîche (accompagnement)
Yaourt aromatisé
Fruit **BIO** de saison

Salade de haricots verts
Omelette aux herbes du chef
Coquillettes
Cantal AOP
Compote de pommes **BIO**

MARDI

Lentille **BIO** en salade
Emincé de volaille aux olives
Choux fleurs persillés
Gouda
Flan vanille

Salade de blé à l'orientale
Cordon bleu
Epinards **BIO** à la crème
Edam
Fruit de saison

MERCREDI

Crêpe au fromage
Filet de poisson sauce crème
Pôelée de courgettes fraîches **BIO**
Emmental
Fruit de saison

Betteraves **BIO** en salade
Sauté de bœuf sauce paprika
Semoule
Camembert
Flan chocolat

JEUDI

Salade verte **BIO**
Hachis parmentier du chef
Bûchette mélangée
Compote de pommes et speculoos

Cake au fromage
Paupiette de poisson sauce citron
Carottes **BIO** persillées
Petit suisse **BIO** aromatisé
Fruit de saison

VENREDI

Carottes râpées **BIO**
Nuggets végétal
Printanière de légumes
Yaourt nature **BIO**
Gâteau du chef aux myrtilles

Céleri râpé **BIO** vinaigrette
Aiguillettes de poulet au thym
Pommes boulangères
Fromage blanc nature
Beignet 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 !

