



Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 24 févr. au 02 mars

Du 03 mars au 09 mars

LUNDI

Salade de blé à l'orientale
Steak haché au jus
Épinards **BIO** à la crème
Bûchette mélangée
Fruit de saison



Crêpe au fromage
Lasagnes ricotta épinards
Velouté nature
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Salade de riz **BIO**
Omelette **BIO** du chef
Haricots verts **BIO** persillés
Emmental **BIO**
Fruit **BIO** de saison



Salade verte fraîche
Filet de poisson pané et citron
Pommes noisettes
Chanteneige **BIO**
Compote pomme framboise



MERCREDI

Velouté de légumes du chef
Macaroni à la carbonara et râpé
Emmental râpé
Flan vanille



Boulghour en salade
Paupiette de veau sauce forestière
Carottes à la crème
Camembert **BIO**
Gâteau au citron du chef



JEUDI

Salade d'endives
Filet de colin sauce nantua
Choux fleurs persillés
Petit suisse **BIO** aromatisé
Gâteau au yaourt du chef



Betteraves vinaigrette
Saucisse de Strasbourg
Riz **BIO**
Fromage blanc nature
Fruit de saison



VENDREDI

Carottes râpées **BIO**
Cordon bleu
Purée de pommes de terre
Tomme des Pyrénées
Compote de pommes



Salade coleslaw
Sauté de boeuf à la provençale
Semoule **BIO**
Brie
Crème 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 !

