



MENUS '4 SAISONS' | DU 20 OCTOBRE 2025 AU 2 NOVEMBRE 2025 |

Orange - Déjeuner				
Du 20 oct. au 26 oct.		Du 27 oct. au 02 nov.		
LUNDI	Macédoine Mayonnaise Paupiette de veau à la crème Brocolis persillés Yaourt nature BIO Local (vrac)	Salade verte Cordon bleu Riz BIO à la tomate Flan vanille		
MARDI	Salade verte BIO Blanquette de poisson Semoule BIO Crème à la vanille	Salade de pépinettes Chipolatas au jus Lentilles au jus Petit suisse BIO aromatisé		
MERCREDI	Chickenwings Pommes campagnardes Chanteneige BIO Compote de pommes	Filet de lieu sauce ciboulette Epinards hachés à la crème Yaourt nature Tarte aux pommes		
JEUDI	Bolognaise végétale BIO Pâtes BIO Emmental Fruit de saison	Rôti de volaille au jus Pommes vapeur Fromage les Fripons Purée de pommes abricots BIO		
VENDREDI	Terrine de campagne * Sauté de boeuf aux 4 épices Haricots verts BIO persillés Beignet au chocolat	Omelette nature Purée de courges Mimollette Gâteau du chef à l'orange		

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'ÉPILUCHURES DE LÉGUMES

Ingédients :

- Épiluchures de légumes
- Huile d'olive
- Épices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épiluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !

