



MENUS '4 SAISONS' | DU 06 MAI 2024 AU 02 JUIN 2024 |

Orange - Goûter

	Du 06 mai au 12 mai	Du 13 mai au 19 mai	Du 20 mai au 26 mai	Du 27 mai au 02 juin
LUNDI	Pain et vache picon	Fromage blanc nature Fruit de saison		Yaourt aromatisé Petits beurres
MARDI	Yaourt nature Fruit de saison	Pain et samos	Pain et carré frais	Pain et confiture
MERCREDI				
JEUDI		Pain et chocolat tablette	Petit suisse sucré Gaufrette chocolat	Yaourt nature Fruit de saison
VENDREDI		Petit suisse sucré Fruit de saison	Yaourt nature Fruit de saison	Pain et croûlait

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 !

