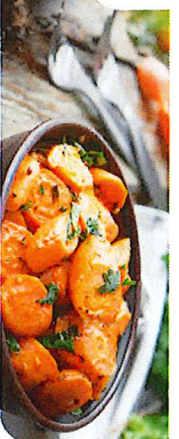




BIEN MANGER en restauration collective

C'est possible !



MENUS 4 SAISONS | DU 04 NOVEMBRE 2024 AU 01 DÉCEMBRE 2024

Orange - Déjeuner

Du 04 nov. au 10 nov.

Du 11 nov. au 17 nov.

Du 18 nov. au 24 nov.

Du 25 nov. au 01 déc.

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDEDI
<p>Taboule <b>BIO</b> du chef Steack haché au jus Jeunes carottes au jus Fromage blanc <b>BIO</b></p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>	<p>Gratin de céréales et petits légumes Chanteneige <b>BIO</b> Fruit de saison</p> <p>🌱 🍷</p>	<p>Céléri râpé frais <b>BIO</b> sauce cocktail Sauté de volaille au curry Coquillettes <b>BIO</b> Flan chocolat</p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>	<p>Potage parmentier Jambon blanc Haricots verts <b>BIO</b> persillés Fruit <b>BIO</b> de saison</p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>	<p>Duo de choux frais Filet de colin sauce citron Riz <b>BIO</b> Gâteau du chef framboise et speculoos</p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>
<p>Salade de blé à l'orientale Calamar à la romaine Carottes <b>BIO</b> à la crème <b>BIO</b> Flan chocolat</p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>	<p>Filet de poisson meunière Petits pois au jus Camembert <b>BIO</b> Fruit de saison</p> <p>🌱 🍷</p>	<p>Pâté en croûte Tortillas pomme de terre et oignons Poêlée bretonne (brocolis, choux fleurs) Compote de pommes <b>BIO</b></p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>	<p>Macedoine mayonnaise Lasagnes de légumes Yaourt nature <b>BIO</b></p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>	<p>Salade coleslaw Sauté de bœuf façon bourguignon Alligot Crème à la vanille</p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>
<p>Salade verte Emincé de volaille basquaise Semoule <b>BIO</b> Yaourt nature <b>BIO</b></p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>	<p>Filet de colin sauce oseille Riz <b>BIO</b> Saint paulin Barre bretonne</p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>	<p>Filet de colin sauce oseille Riz <b>BIO</b> Saint paulin Barre bretonne</p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>	<p>Velouté de légumes du chef Croziflette * Fruit <b>BIO</b> de saison</p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>	<p>Omelette nature Epinards hachés <b>BIO</b> Petit Moule Nature Gâteau au chocolat du chef</p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>
<p>Agillettes de poulet au thym Flageolets au jus Emmental <b>BIO</b> Fruit de saison</p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>	<p>Salade iceberg Tarte au fromage fraîche Poireaux frais et Pommes de terre béchamel Crème caramel (Ferme du Chambon)</p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>	<p>Cannelonis à la tomate Petite tomate <b>BIO</b> du Trèves Fruit <b>BIO</b> de saison</p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>	<p>Paleron de boeuf sauce tomate Purée de courges Yaourt nature <b>BIO</b> Gâteau maison à la fleur d'oranger</p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>	<p>Terrine de campagne Blanquette de poisson Pommes vapeur Fruit <b>BIO</b> de saison</p> <p>🌱 🌿 🍷 🍷</p>

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



Ingédients :

- Épluchures 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 !

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS \*