

MENUS '4 SAISONS' | DU 29 SEPTEMBRE 2025 AU 19 OCTOBRE 2025 |

Orange - Déjeuner

Du 29 sept. au 05 oct.

Du 06 oct. au 12 oct.

Du 13 oct. au 19 oct.

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Salade iceberg Jambon blanc Lentilles au jus Crème caramel (Ferme du Chambon)	Salade de pommes de terre Aiguillettes de poulet sauce curry Carottes BIO persillées Fruit de saison	Filet de poisson meunière Brocolis à la béchamel Fromage blanc (ferme du Chambon) Brownies du chef	Velouté de potiron du chef Macarons à la carbonara végétale BIO Yaourt nature	Cube de poisson sauce basquaise Riz BIO Bûchette mélangée Compote pommes cassis
Taboulé BIO du chef Rôti de volaille au romarin Petits pois au jus Yaourt nature	Quenelles BIO à la sauce tomate Riz aux petits légumes Edam Compote pomme abricot	Pâté en croûte Boulettes de bœuf à la provençale Semoule BIO Fruit de saison	Filet de lieu sauce citron Gratin de courgettes fraîches BIO Verchicors Tarte au flan	Velouté de légumes du chef Lasagnes bolognaise Fruits BIO de saison
Carottes râpées et son aliment mystère Sauté de bœuf sauce indienne Purée de patate douce Compote incognipots HVE	Salade de lentilles et son aliment mystère Boulette d'agneau et son aliment mystère Choux fleurs persillés Fromage blanc BIO	Rôti de porc aux herbes Riz BIO à la tomate Fromage mystère Compote de pommes du chef et son aliment mystère	Filet de poisson sauce corail Poêlée de légumes BIO Yaourt mystère Gâteau chocolat et son aliment mystère	Potage de légumes et son aliment mystère Gratin de pâtes béchamel mystère du chef Flan vanille
SEMAINE DU GOÛT				

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
- Épices 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 !

