



Menu standard - Déjeuner

Du 01 avr. au 07 avr.

Du 08 avr. au 14 avr.

LUNDI

Taboulé **BIO** du chef
 Quenelles **BIO** sauce blanche
 Epinards hachés **BIO**
 Emmental **BIO**
 Fruit **BIO** de saison



MARDI

Betteraves **BIO** en salade
 Chili végétarien
 Riz créole
 Pavé frais
 Crème à la vanille



Salade iceberg
 Poisson à l'aïoli
 Légumes frais en aïoli
 Fromage blanc nature
 Muffin au chocolat



MERCREDI

JEUDI

Salade verte **BIO**
 Lasagnes bolognaise
 Camembert
 Cocktail de fruits sans sucre



Céleri râpé frais **BIO** sauce cocktail
 Blanquette de volaille
 Haricots verts persillés
 Yaourt aromatisé
 Gâteau du chef framboise et speculoos



VENDREDI

Salade de boulghour **BIO** à la menthe
 Filet de lieu sauce citron
 Poêlée de légumes d'hiver frais
 Petit suisse aromatisé
 Ananas frais



Velouté de légumes du chef
 Macaroni à la carbonara et râpé
 Carré du Trièves **BIO**
 Compote de pomme banane



RECETTE ANTI-GASPIS'

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 !

