

MENUS '4 SAISONS | DU 01 JUILLET 2024 AU 07 JUILLET 2024 |

Menu scolaire Self sans viande - Déjeuner

Du 01 juillet au 07 juillet

LUNDI

- Salade de pépinettes
- Taboulé **BIO** du chef
- Pizza au fromage
- Salade de haricots verts
- Fromage blanc nature
- Yaourt de la ferme du Chambon
- Fruit de saison



MARDI

- Carottes râpées vinaigrette
- Salade verte **BIO**
- Pané de blé fromage et épinards
- Lentilles au jus
- Emmental **BIO**
- Tomme grise d'Auvergne
- Compote de pommes



MERCREDI

- Macédoine mayonnaise
- Salade de riz **BIO**
- Calamar à la romaine
- Aubergines et courgettes fraîches provençale
- Petit suisse **BIO** aromatisé
- Petit suisse sucré
- Gâteau basque



JEUDI

- Tomate à la croque
- Hot-fish
- Chips
- Petit Filou tubes
- Madeleine



VENDREDI

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 :

- 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 !

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATION

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)