



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

Menu scolaire Self sans porc - Déjeuner

Du 01 juillet au 07 juillet

|          |   |  |
|----------|---|--|
| LUNDI    | <p>Salade de pépinettes</p> <p>Taboulé <b>BIO</b> du chef</p> <p>Pizza au fromage</p> <p>Salade de haricots verts</p> <p>Fromage blanc nature</p> <p>Yaourt de la ferme du Chambon</p> <p>Fruit de saison</p>                       |        |
| MARDI    | <p>Carottes râpées vinaigrette</p> <p>Salade verte <b>BIO</b></p> <p>Sauté de boeuf VBF aux 4 épices</p> <p>Lentilles au jus</p> <p>Emmental <b>BIO</b></p> <p>Tomme grise d'Auvergne</p> <p>Compote de pommes</p>                  |       |
| MERCREDI |   |  |
| JEUDI    | <p>Macédoine mayonnaise</p> <p>Salade de riz <b>BIO</b></p> <p>Calamar à la romaine</p> <p>Aubergines et courgettes fraîches provençale</p> <p>Petit suisse <b>BIO</b> aromatisé</p> <p>Petit suisse sucré</p> <p>Gâteau basque</p> |      |
| VENDREDI | <p>Tomate à la croque</p> <p>Hot dog volaille</p> <p>Chips</p> <p>Petit Filou tubes</p> <p>Madeleine</p>  |  |

RECETTE ANTI-GASPIL

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 !

