



Menu alternatif - Déjeuner

Du 08 juil. au 14 juil.

Du 15 juil. au 21 juil.

Du 22 juil. au 28 juil.

Du 29 juil. au 04 août

LUNDI

Friand au fromage
Omelette **BIO** du chef
Carottes fraîches sautées
Fruit **BIO** de saison



Lentille **BIO** en salade
Tortillas pomme de terre et oignons
Haricots verts **BIO** à l'ail
Petit suisse **BIO** aromatisé



Salade de blé **BIO**
Pavé fromager
Poêlée de chou fleur **BIO** persillé
Yaourt aromatisé



Tortellini épinards sauce tomate et râpé
Yaourt aromatisé **BIO**
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Pastèque **BIO**
Surimi
Taboulé
Crème dessert **BIO**



Oeuf dur mayonnaise
Filet de colin meunière
Ratatouille **BIO**
Fruit **BIO** de saison



Poisson pané et citron
Purée de pommes de terre
Cantal AOP
Glace petit pot



Melon
Pois chiches à la tomate
Semoule **BIO**
Crème chocolat **BIO**



MERCREDI

Haricots rouges à la tomate
Riz camarguais **BIO**
Emmental **BIO**
Compote de pommes du chef



Galette végétale
Petits pois **BIO** au jus
Chanteneige **BIO**
Crème dessert **BIO**



Salade verte **BIO**
Lentilles à la tomate
Pâtes **BIO** et Râpé
Fruit **BIO** de saison



Thon mayonnaise
Salade de pommes de terre
Camembert **BIO**
Fruit **BIO** de saison



JEUDI

Concombre **BIO** en salade
Samoussa de légumes
Purée de pommes de terre
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



Filet de colin sauce citron
Coquillettes **BIO**
Tomme grise d'Auvergne
Compote de pommes **BIO**



Salade de tomates **BIO**
Surimi
Salade haricots verts **BIO**
Brownies du chef



VENDREDI

Salade de pâtes **BIO**
Filet de poisson sauce provençale
Courgettes persillées **BIO**
Glace bâtonnet



Nems aux légumes
Picaussel sauce tomate
Légumes façon wok
Gâteau noix de coco du chef



Crêpe au fromage
Omelette **BIO** du chef
Carottes **BIO** persillées
Crème dessert **BIO**



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



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 !

