



MENUS '4 SAISONS' | DU 13 OCTOBRE 2025 AU 19 OCTOBRE 2025 |

Menu scolaire Self sans viande - Déjeuner

Du 13 octobre au 19 octobre

LUNDI	<p>Carottes râpées et son aliment mystère                  Pamplemousse rose                  Curry de poisson à l'indienne                  Purée de patate douce                  Chanteneige <b>BIO</b>                  Tartare ail et fines herbes                  Compote incognipots HVE</p> <p><b>SEMAINE DU GOÛT</b></p>
MARDI	<p>Boulghour en salade                  Salade de lentilles et son aliment mystère                  Tortillas pomme de terre et oignons                  Choux fleurs persillés                  Fromage blanc <b>BIO</b>                  Petit suisse sucré                  Fruit de saison                  Sauce mystère (sans viande)</p> <p><b>SEMAINE DU GOÛT</b></p>
MERCREDI	
JEUDI	<p>Céleri <b>BIO</b> rémoulade aux raisins secs                  Salade d'haricots beurre                  Filet de poisson sauce corail                  Petits pois au jus                  Yaourt mystère                  Gâteau chocolat et son aliment mystère</p> <p><b>SEMAINE DU GOÛT</b></p>
VENDREDI	<p>Potage de légumes et son aliment mystère                  Gratin de pâtes béchamel mystère du chef                  Mimolette                  Pont L'Eveque AOP                  Flan vanille                  Flan vanille nappé caramel <b>BIO</b></p> <p><b>SEMAINE DU GOÛT</b></p>

**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 MODIFICATIONS

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU

