



## MENUS '4 SAISONS' | DU 9 MARS 2026 AU 15 MARS 2026 |

### Menu scolaire Self sans viande - Déjeuner

Du 09 mars au 15 mars

LUNDI

- Carottes râpées aux Raisins
- Salade coleslaw
- Hachis de lentilles HVE et patate douce
- Carré du Trièves BIO
- Edam
- Fruit



MARDI

- Pamplemousse rose
- Salade composée (salade, croûtons, fromage)
- Filet de colin sauce oseille
- Purée de céleri
- Emmental BIO
- Tomme blanche
- Beignet aux pommes



MERCREDI

- Fenouil sauce tartare
- Salade verte BIO
- Cubes de saumon sauce aurore
- Pommes vapeur
- Fromage blanc nature
- Velouté fruits mixé
- Gâteau à la rhubarbe et aux amandes



### RETOUR DU SOLEIL

JEUDI

- Pizza fraîche au fromage
- Filet de colin sauce citron
- Epinards hachés BIO
- Rondelé au Bleu
- Tartare nature
- Fruit



VENDREDI

### Recette anti-gaspillage

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 !



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATION

PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU

LOCAL

DU CHEF

LABELS (ÉGALIM)