

MENUS '4 SAISONS' | DU 20 OCTOBRE 2025 AU 2 NOVEMBRE 2025 |

Sco Aniane / St André ss viande - Déjeuner

Du 20 oct. au 26 oct.

Du 27 oct. au 02 nov.

LUNDI

Sauce mexicaine végétarienne
Macaronis **BIO** et fromage râpé
Vache picon
Fruit de saison



Salade de pépinettes
Croq veggie à la tomate
Poêlée arlequin
Compote de pommes **BIO**



MARDI

Friand au fromage
Omelette **BIO** du chef
Jeunes carottes au jus
Crème au chocolat



Haricots rouges à la tomate
Pommes de terre persillées
Petit suisse sucré
Fruits **BIO** de saison



MERCREDI

Potée végétale
Boulghour **BIO**
Gouda
Compote pomme framboise



Flageolets aux champignons
Riz camarguais **BIO**
Brie **BIO**
Crème à la vanille



JEUDI

Taboulé
Aiguillettes panée de blé et emmental
Poêlée de légumes
Gâteau du chef aux pépites de chocolat



Salade de saison
Galette lentilles boulghour et légumes
Poêlée de carottes et champignons à la crème
Fruits **BIO** de saison



VENREDI

Filet de lieu sauce crème
Purée de pommes de terre **BIO**
Plateau de fromages
Fruit de saison



Velouté de potiron du chef
Filet de colin sauce julienne
Purée de courges
Gâteau du chef à l'orange



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS

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 :

- Épluchures de légumes
- Huile d'olive
- Épices 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 !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU