



Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 15 avr. au 21 avr.

Du 22 avr. au 28 avr.

LUNDI

Chou blanc frais mayonnaise  
Pizza au fromage  
Salade verte fraîche (accompagnement)  
Yaourt aromatisé  
Fruit **BIO** de saison

Salade de haricots verts  
Omelette aux herbes du chef  
Coquillettes  
Cantal AOP  
Compote de pommes **BIO**

MARDI

Lentille **BIO** en salade  
Emincé de volaille aux olives  
Choux fleurs persillés  
Gouda  
Flan vanille

Salade de blé à l'orientale  
Cordon bleu  
Epinards **BIO** à la crème  
Edam  
Fruit de saison

MERCREDI

Crêpe au fromage  
Filet de poisson sauce crème  
Pôelée de courgettes fraîches **BIO**  
Emmental  
Fruit de saison

Betteraves **BIO** en salade  
Sauté de bœuf sauce paprika  
Semoule  
Camembert  
Flan chocolat

JEUDI

Salade verte **BIO**  
Hachis parmentier du chef  
Bûchette mélangée  
Compote de pommes et speculoos

Cake au fromage  
Paupiette de poisson sauce citron  
Carottes **BIO** persillées  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Fruit de saison

VENREDI

Carottes râpées **BIO**  
Nuggets végétal  
Printanière de légumes  
Yaourt nature **BIO**  
Gâteau du chef aux myrtilles

Céleri râpé **BIO** vinaigrette  
Aiguillettes de poulet au thym  
Pommes boulangères  
Fromage blanc nature  
Beignet aux pommes

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 !

