



MENUS '4 SAISONS' | DU 03 JUIN 2024 AU 30 JUIN 2024 |

Orange - Déjeuner

	Du 03 juin au 09 juin	Du 10 juin au 16 juin	Du 17 juin au 23 juin	Du 24 juin au 30 juin
LUNDI	<p>Estouffade de boeuf à la niçoise Semoule BIO Verchicors BIO Compote pomme framboise</p>	<p>Melon Nugget's de volaille Frites Crème pralinée</p>	<p>Taboulé BIO du chef Boulettes d'agneau sauce tomate Petits pois et carottes au jus Yaourt de la ferme du Chambon</p>	<p>Moules à la crème Frites Verchicors BIO Fruit de saison</p>
MARDI	<p>Gaspacho Œuf dur mayonnaise Pommes de terre en salade Fromage blanc (ferme du Chambon)</p>	<p>Filet de poisson meunière Aubergines fraîches et pommes de terre provençale Saint paulin Fruit BIO de saison</p>	<p>Pastèque Dahl de lentilles et carottes à la crème de coco Chanteneige BIO</p>	<p>Salade de pois chiches marocaine Aiguillettes de poulet sauce curry Ratatouille du chef Fruit BIO de saison</p>
MERCREDI	<p>Carry de porc Epinards hachés à la crème Tomme du Trièves BIO Beignet aux pommes</p>	<p>Terrine de campagne et cornichons Quenelles BIO sauce aurore Semoule BIO Compote de pommes</p>	<p>Sauté de volaille au paprika Courgettes fraîches à la béchamel Fourme d'Ambert AOP Donuts</p>	<p>Melon jaune Macaroni BIO à la carbonara Petite tomme BIO du Trièves</p>
JEUDI	<p>Pastèque Macaroni BIO à la bolognaise Crème chocolat (ferme du Chambon)</p>	<p>Chakalaka (h.blancs, pois chiches, légumes) Riz BIO Saint nectaire Fruit de saison</p>	<p>Thon mayonnaise Salade niçoise Fromage blanc BIO Tarte au flan</p>	<p>Moquecca de poisson à la brésilienne Riz BIO Fromage blanc BIO Compote de pommes</p>
VENDREDI	<p>Taboulé BIO du chef Filet de poisson sauce tomate basilic Ratatouille du chef Fruit de saison</p>	<p>Carottes BIO râpées vinaigrette Rôti de Volaille Froid et Ketchup Salade de pâtes Gâteau aux pépites de chocolat du chef</p>	<p>Céleri râpé frais BIO rémoulade Chipolatas au jus Purée de pommes de terre Crème onctueuse au chocolat</p>	<p>Betteraves en salade Pavé fromager Epinards hachés BIO Gâteau au yaourt du chef</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



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 !