



Menu standard 5C Egalim - Déjeuner

Du 19 août au 25 août

Du 26 août au 01 sept.

LUNDI

Tomate à la croque  
Saucisse Knack de volaille  
Salade de boulghour (accompagnement)  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Compote pomme framboise



MARDI

Concombres frais **BIO** ciboulette  
Œuf dur mayonnaise  
Salade de riz du chef  
Yaourt nature  
Fruit **BIO** de saison



Salade de riz  
Omelette aux herbes du chef  
Epinards **BIO** à la crème  
Saint nectaire AOP  
Flan chocolat



MERCREDI

Betteraves **BIO** en salade  
Macaroni **BIO** à la carbonara  
Emmental râpé  
Compote de pommes **BIO**



Taboulé **BIO** du chef  
Poisson meunière  
Ratatouille du chef  
Brie  
Fruit de saison



JEUDI

Cake au fromage  
Calamar à la romaine  
Haricots verts **BIO** persillés  
Camembert  
Fruit de saison



Concombres frais **BIO** ciboulette  
Pennes à la bolognaise  
Emmental râpé  
Compote de pommes **BIO**



VENDREDI

Salade verte fraîche  
Nugget's de volaille  
Frites et ketchup  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Donuts



Salade de haricots beurre  
Rôti de porc sauce barbecue  
Pommes de terre persillées  
Yaourt aromatisé  
Fruit de saison



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 !

