



Menu Francheville - Déjeuner

Du 24 juin au 30 juin

Du 01 juil. au 07 juil.

LUNDI

Moules à la crème  
Riz **BIO**  
Verchicors **BIO**  
Purée de pommes abricots **BIO**



Terrine de volaille  
/Rillettes de thon  
Pizza au fromage  
Salade de haricots verts  
Yaourt de la ferme du Chambon



MARDI

Salade de pois chiches marocaine  
Aiguillettes de poulet sauce curry  
/Tortillas pomme de terre et oignons  
Ratatouille du chef  
Fruit **BIO** de saison



Sauté de boeuf VBF aux 4 épices  
/Pané de blé fromage et épinards  
Lentilles au jus  
Emmental **BIO**  
Compote de pommes



MERCREDI

Melon jaune  
Macaroni **BIO** à la carbonara  
/Galette végétale tomate mozzarella  
et Pâtes **BIO**  
Petite tomme **BIO** du Trièves



Concombre frais **BIO** vinaigrette  
Filet de poisson aux épices tandoori  
Pommes de terre persillées  
Crème caramel (Ferme du Chambon)



JEUDI

Moquecca de poisson à la brésilienne  
Chou fleur béchamel  
Petit suisse sucré  
Ananas frais



Calamar à la romaine  
Aubergines et courgettes fraîches  
provençale  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Gâteau basque



VENDREDI

Betteraves en salade  
Quenelles **BIO** sauce blanche  
Carottes fraîches sautées  
Gâteau au yaourt du chef



Tomate à la croque  
Club fromager  
Chips  
Petit Filou tubes

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 !

