



Menu Francheville - Déjeuner

Du 24 févr. au 02 mars

Du 03 mars au 09 mars

LUNDI

Salade de blé à l'orientale  
Sauté de bœuf sauce paprika  
/Quanelles sauce blanche  
Epinards hachés **BIO**  
Fruit de saison

  Boulettes de boeuf **BIO** à la provençale   
/Oeufs **BIO** à la béchamel   
Purée de courges   
Yaourt nature **BIO**   
Fruit de saison 

MARDI

Salade de riz **BIO**  
Omelette **BIO**  
Haricots verts **BIO** persillés  
Velouté fruits mixé

  Salade Arlequin (carottes, salade verte, maïs)   
  Poisson pané  
  Pommes noisettes  
Beignet aux pommes  
Ketchup (dosette)

 MARDI GRAS

MERCREDI

Betteraves en salade  
Lasagnes bolognaise  
/Lasagnes de légumes  
Crème dessert **BIO**

 Salade de lentilles aux échalotes   
Crêpe au fromage   
Carottes à la crème   
Compote pomme framboise 

JEUDI

Filet de colin sauce oseille  
Choux fleurs persillés  
Petit suisse **BIO** aromatisé  
Gâteau au chocolat du chef

  Saucisse de Strasbourg   
/Chili sin carne   
  Coquillettes **BIO**   
  Tomme du Trièves **BIO**   
Fruit **BIO** de saison   


VENDREDI

Sauté de veau au jus  
/Pavé fromager  
Purée de pommes de terre  
Cantal AOP  
Compote de pommes

 Salade verte fraîche   
 Sauté de volaille marengo   
 /Cubes de saumon sauce aurore   
  Semoule **BIO**   
Crème onctueuse au chocolat 

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 !

