



MENUS '4 SAISONS' | DU 6 AVRIL 2026 AU 19 AVRIL 2026 |

CL Loriol menu sans viande - Déjeuner

Du 06 avr. au 12 avr.

Du 13 avr. au 19 avr.

LUNDI

Salade de haricots verts
Omelette nature fraîche
Riz **BIO** à la tomate
Cantal AOP
Compote de Pommes **BIO**

MARDI

Lentille **BIO** en salade
Quenelles aux olives
Poêlée multicolore
Gouda
Flan vanille

Salade de blé à l'orientale
Pavé fromager
Epinards hachés **BIO**
Chanteneige **BIO**
Fruit

MERCREDI

Crêpe au fromage
Poisson pané
Frites
Tartare ail et fines herbes
Fruit

Betteraves **BIO** en salade
Tajine de poisson
Semoule **BIO**
Camembert
Flan chocolat

JEUDI

Chou blanc frais mayonnaise
Lasagnes de légumes
Bûchette mélangée
Compote de pommes

Salade iceberg
Chili sin carne
Pâtes **BIO**
Yaourt aromatisé
Fruit

VENREDI

Carottes râpées **BIO**
Nuggets végétal
Printanière de légumes
Yaourt nature **BIO**
Donuts

Céleri râpé frais **BIO** sauce cocktail
Crêpe au fromage
Pommes boulangères
Fromage blanc nature
Gâteau du chef aux pépites de 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 !

