



Menu scolaire Tarare

Du 21 oct. au 27 oct.

Du 28 oct. au 03 nov.

LUNDI

Macédoine mayonnaise  
Nuggets végétale  
Potatoes  
Yaourt nature **BIO**  
Fruit de saison



Carottes râpée  
vinaigrette  
Cordon bleu  
Riz **BIO**  
Gouda  
Compote de pommes coings



MARDI

Salade d'haricots beurre  
Blanquette de poisson  
Semoule **BIO**  
Tomme grise d'Auvergne  
Fruit de saison



Betteraves et maïs  
Omelette nature  
Purée de pommes de terre  
Mimolette  
Fruit **BIO** de saison



MERCREDI

Salade coleslaw  
Paupiette de veau à la crème  
Riz créole  
Chanteneige  
Compote de pommes **BIO**



Salade verte  
Filet de lieu sauce ciboulette  
Epinards hachés à la crème  
Fromage les Fripons  
Tarte aux pommes



JEUDI

Salade de choux fleurs **BIO**  
Macaroni **BIO** à la bolognaise végétale  
**BIO**  
Emmental **BIO**  
Fruit **BIO** de saison



Cake du chef au potiron  
Parmentier de courges  
Yaourt aromatisé  
Fruit **BIO** de saison



VENDREDI

Terrine de campagne \*  
Terrine de poisson sauce cocktail  
Sauté de boeuf VBF aux 4 épices  
Haricots verts **BIO** persillés  
Saint paulin  
Beignet au chocolat



RECETTE ANTI-GASPIL'

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
- Épices 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 !

