

PUREE DE RADIS NOIR, MASCARPONE ET MUSCADE

(dès 6 mois)

ingrédients

- 120g de radis noir
- 50g de pomme de terre
- 1 petite cuillère à café de mascarpone
- 1 pincée de muscade



1. Lavez, épluchez et coupez le radis noir en tranches fines. Placez les tranches dans le panier vapeur.
2. Faire la même chose avec la pomme de terre. Lavez les tranches de pomme de terre et les mettre avec le radis noir. On compte 12 minutes de cuisson pour les deux, c'est parti !
3. Une fois les légumes cuits, les mettre dans le mixeur, en ajoutant un peu d'eau de cuisson et une cuillère à café de mascarpone. Mixez!
4. Pour la noix de muscade ajoutez une pincée (à partir de 8 mois), vous pouvez remplacer par une petite pincée de curry (dès 6 mois)
5. Bon appétit !

COMPOTE POMME COING CANNELLE

(dès 4 mois)

ingrédients

- 1 coing ferme
- 2 petites pommes
- 2 pincées de cannelle (dès 6 mois)



1. Lavez et coupez le coing en deux et on enlève toute la partie centrale dure.
2. Ensuite on le pèle et on le coupe en tranches (pas trop fines)
3. Mettre le coing à cuire séparément de la pomme, 15 minutes à la vapeur.
4. Pendant que le coing est en cuisson, lavez, épluchez et coupez la pomme en morceaux.
5. Lorsque le coing est prêt, mettre les pommes à cuire pour 12 minutes à la vapeur. Une fois la pomme cuite, vous pouvez la mixer en ajoutant les morceaux de coing au fur et à mesure.
6. Vous pourrez ensuite ajouter une pincée de cannelle.
7. Bon appétit bébé !

ELITE RESTAURATION

MINI MAG

LES PETITS
6 mois - 18 mois



NOVEMBRE - DECEMBRE 2023



MENUS DE NOVEMBRE

Mouliné d'agneau Purée pommes de terre Petit suisse nature Purée pomme pruneau	Mouliné de bœuf Purée de carottes Yaourt nature Purée pomme banane	Mouliné de veau Purée de petits pois Petit suisse nature Purée pomme	Mouliné de dinde Purée de haricots verts Yaourt nature Purée pomme fraise	Mouliné de saumon Purée de chou-fleur Petit suisse nature Purée pomme pêche
6 novembre	7 novembre	8 novembre	9 novembre	10 novembre
Mouliné de dinde Purée de courgette Yaourt nature Purée pomme	Mouliné de veau Purée de potiron Fromage blanc nature Purée pomme pêche	Mouliné de poisson blanc Purée d'épinard Petit suisse nature Purée pomme banane	Mouliné de bœuf Purée de céleri Yaourt nature Purée pomme pruneau	Mouliné d'agneau Purée de carottes Petit suisse nature Purée pomme coing
13 novembre	14 novembre	15 novembre	16 novembre	17 novembre
Mouliné de dinde Purée 3 légumes Petit suisse nature Purée pomme poire	Mouliné d'agneau Purée de chou-fleur Yaourt nature Purée pomme banane	Mouliné de poisson blanc Purée d'épinards Petit suisse nature Purée pomme fraise	Mouliné de veau Purée de PDT Petit suisse Compote pomme vanille	Mouliné de bœuf Purée de brocolis Yaourt Compote poire
20 novembre	21 novembre	22 novembre	23 novembre	24 novembre
Mouliné de bœuf Purée de potiron Petit suisse nature Purée pomme pêche	Mouliné de poisson blanc Purée d'épinards Yaourt nature Purée pomme poire	Mouliné de veau Purée de carottes Petit suisse nature Purée pomme banane	Mouliné de dinde Purée de céleri Fromage blanc nature Purée pomme	Mouliné d'agneau Purée de courgettes Yaourt nature Purée pomme fraise
27 novembre	28 novembre	29 novembre	30 novembre	1er décembre



MENUS DECEMBRE

Mouliné saumon Purée brocolis Petit suisse nature Purée pomme fraise	Mouliné de poulet Purée de haricots verts Yaourt nature Purée pomme poire	Mouliné de veau Purée de carottes Petit suisse nature Purée pomme banane	Mouliné poisson blanc Purée 3 légumes Yaourt nature Purée pomme coing	Mouliné de bœuf Purée de petits pois Petit suisse nature Purée pomme
4 décembre	5 décembre	6 décembre	7 décembre	8 décembre
Mouliné de dinde Purée de chou-fleur Yaourt nature Purée pomme poire	Mouliné d'agneau Purée de carottes Fromage blanc nature Purée pomme banane	Mouliné de poulet Purée de haricots verts Petit suisse nature Purée pomme	Mouliné de bœuf Purée de potiron Yaourt nature Purée pomme coing	Mouliné de poisson blanc Purée d'épinards Petit suisse nature Purée pomme fraise
11 décembre	12 décembre	13 décembre	14 décembre	15 décembre
Mouliné de bœuf Purée de carottes Petit suisse nature Purée pomme banane	Mouliné de poulet Purée 3 légumes Yaourt nature Purée pomme	Mouliné de poisson blanc Purée de haricots verts Petit suisse nature Purée pomme poire bio	Mouliné d'agneau Purée de petits pois Yaourt nature Purée pomme pruneau	Mouliné de saumon Purée de céleri Petit suisse nature Purée pomme
18 décembre	19 décembre	20 décembre	21 décembre	22 décembre
FÉRIÉ 	Mouliné de poulet Purée de potiron Yaourt nature Purée pomme pêche	Mouliné de veau Purée d'épinards Petit suisse nature Purée pomme	Mouliné de dinde Purée chou-fleur Fromage blanc Purée pomme poire	Mouliné de poisson blanc Purée de carottes Yaourt nature Purée pomme coing
25 décembre	26 décembre	27 décembre	28 décembre	29 décembre
FÉRIÉ 	Mouliné de saumon Purée 3 légumes Yaourt nature Purée pomme	Mouliné de bœuf Purée potiron Petit suisse nature Purée pomme banane	Mouliné de poisson blanc Purée de courgettes Fromage blanc Purée pomme pêche	Mouliné de dinde Purée de carottes Yaourt nature Purée pomme coing
1 janvier	2 janvier	3 janvier	4 janvier	5 janvier

Menus établis par notre diététicienne diplômée d'État sous réserve des contraintes d'approvisionnement.
Menus conformes à l'équilibre nutritionnel et aux recommandations du GEMRCN.