

# Menu des vers

## CE QU'ILS AIMENT

Fruits et légumes crus ou cuits

Marc de café + filtres

Farine (pas trop)

Coquilles d'oeuf en poudre (pour le pH)

Pain, pâtes, riz, biscuits (pas trop)

Thé, tisanes, (sachets ok)

Végétaux + fleurs (pas de lys)

Morceaux les plus petits possible.

## CE QU'ILS DÉTESTENT

Ail, oignons, blanc de poireaux (c'est vermifuge donc surtout pas)

Agrumes (acide + antibactérien)

Rhubarbe (toxique en grande quantité)

Viande

Poisson et fruits de mer

Sauces grasses

Produits laitiers