|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| tampon-signature-2012violet.png | **Samedi** | **Dimanche** | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| **Midi** | Carottes râpées (1pp)  \*\*\* Bar au four (3pp)  Sauce hollandaise WW (2pp) Riz 150 g cuits (5pp)  \*\*\* Yaourt Vanille (3pp) + fraises | Tomates cerises à l'apéritif 30 g de pain (2pp) Rillettes de sardines (2pp) \*\*\*  Confit de canard (12 pp) Pommes de terre sautées, 100 g (4pp) Purée de courge (1pp)  \*\*\*  Bavarois à la framboise 1/2 part (4pp) | Restes :  Filet mignon sauce persil, caviar d'aubergine, 150 g de pâtes  (11 pp) \*\*\*  1 yaourt nature (1pp) 5g de sucre vanillé (1pp)  \*\*\*  1 kiwi | Restes :  2 tranches de jambon 150 g de riz cuit Courgettes sautées Sauce crème et citron (9 pp)  \*\*\*  1 yaourt nature (1pp) 5 g de sucre vanillé (1pp)  \*\*\*  Pomme | Betteraves vinaigrette (1pp)  \*\*\*  Polenta bolognaise (7pp)  \*\*\*  50 g de pain (3pp)  \*\*\*  Mousse à l'abricot (2pp)  \*\*\*  2 Cookies (3pp) | Plat WW Rigatoni au chèvre (8pp)  50 g de pain (3pp)  \*\*\*  1 mousse à l'abricot (2pp)  \*\*\*  1 pomme  1 kiwi | Asperges  \*\*\*  Plat du congel :  2 tranches de jambon 150 g de riz cuit Courgettes sautées Sauce crème et citron (9 pp)  50 g de pain (3pp)  \*\*\*  Yaourt aux fruits (2pp)  \*\*\*  Pomme |
| **Soir** | Filet Mignon sauce Persil (4pp)  Caviar d'aubergine (1pp)  Riz 100 g cuits (3pp) 50 g de pain (3pp)  \*\*\*  Mousse à l'abricot Charles et Alice (2pp)  \*\*\*  Fruits | 1 tranche de jambon, 35 g (1pp)  150 g de pâtes (5pp)  Purée de brocolis nature  Beurre à 41% de MG (1pp)  \*\*\* Banane au four (1pp) | Carottes râpées (1pp)  \*\*\*  2 tranches de jambon (2pp)  150 g de riz cuit (5pp)  Courgettes sautées  Huile d'olive (1pp) Sauce citron, cumin, crème liquide à 4% de MG (1pp)  \*\*\* Pomme Biscuits (3pp) | Réunion d'équipe, je termine à 18h15 et je suis en réunion de 18h30 à 21h...  Sandwich poulet crudités (15pp) \*\*\*  1 yaourt nature (1pp)  5 g de sucre vanillé (1pp) | Quiche sans pâte aux oignons et chèvre (9pp)  Salade verte (1pp)  \*\*\*  1 yaourt nature (1pp)  5 g de sucre vanillé (1pp) | Salade verte  Vinaigrette (2pp)  Comté, 30 g (3pp)  Aiguillettes de poulet grillé (3pp)  Tomates cerises  \*\*\*  Yaourt nature (1pp) 5 g de sucre (1pp)  \*\*\*  Biscuits (3pp) Pomme | Betteraves vinaigrette (1pp)  \*\*\*  2 tranches de rôti de porc (2pp)  150 g de pâtes cuites (5pp)  Haricots verts  \*\*\*  50 g de pain (3pp)  \*\*\*  Mousse à l'abricot (2pp)  \*\*\*  Fraises au sucre (2pp) |