|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| tampon-signature-2012violet.png | **Samedi** | **Dimanche** | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| **Midi** | **Restaurant imposé par le boulot...** 2 cuillères à soupe de salade piémontaise1 petit morceau de pâté (5 pp)\*\*\*1 tranche de jambon grillé (4 pp)Pommes noisettes (6pp)\*\*\*50 g de pain (3pp) | Poireaux vapeur vinaigrette (1pp)\*\*\*Boeuf haché 5% de MG (4pp)Purée maison 300 g (8 pp)Salade verte vinaigrette (1pp)\*\*\*Salade de fraises citron sucre vanillé (1pp) | Plat Picard (Aiguillettes de poulet au miel et aux épices + semoule 9pp)La gamme + d'équilibre est vraiment sympa, avec des plats entre 7 et 9 pp plus savoureux et plus copieux que les plats industriels WW...\*\*\*1 yaourt (1pp)5 g de sucre vanillé (1pp)1 pomme | Restes :Courgettes farcies (5pp)150 g de riz cuit (5pp)50 g de pain (3pp)\*\*\*1 yaourt nature (1pp)5 g de sucre vanillé (1pp)\*\*\*Banane | Betteraves vinaigrette (1pp)\*\*\***Aiguillettes de poulet panées** (4pp)100 g de pommes duchesse (4pp)Carottes vapeur + beurre (1pp)\*\*\*Mousse à l'abricot (2pp)\*\*\*Biscuits au goûter (3pp) | Restes Quiche sans pâte (9pp)50 g de pain (3pp)\*\*\*1 Yopa (2pp)\*\*\*1 banane | Restes en salade 3 pp de poulet4 pp de pommes de terre 1 pp de vinaigrette Salade verte 50 g de pain (3pp)\*\*\*Yopa (3pp)\*\*\*Fraises |
| **Soir** | Croque Monsieur chez ma copine... Je n'ai pu en manger qu'un je commençais à me sentir mal : 1 pp de jambon3 pp de pain de mie3 pp de fromage | 1 tranche de rôti de porc (1pp)150 g de semoule (5pp)Haricots verts\*\*\*50 g de pain (3pp)30 g de chèvre frais (2pp)\*\*\*Pomme | **Courgettes farcies** (5 pp)150 g de riz cuit (5 pp)\*\*\*1 yaourt au lait entier à la vanille (3pp)Fraises | Carottes râpées + vinaigrette (1pp)\*\*\***Pâtes au thon et à la tomate** (11pp)\*\*\*Pomme | **Quiche sans pâte aux épinards et chèvre** (9pp)Salade verte (1pp)\*\*\*1 yaourt nature (1pp)5 g de sucre vanillé (1pp) | **Brochettes de poulet mariné** (4pp) Pommes de terre au four (6 pp) Sauce crème légère ciboulette (2pp)\*\*\*Yaourt nature (1pp) 5 g de sucre vanille (1pp)\*\*\*Pomme | Carottes râpées vinaigrette (1pp)\*\*\***Poulet Quinoa Ananas** (8pp)\*\*\*Mousse à l'abricot (2pp)\*\*\*Pomme |