|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| tampon-signature-2012violet.png | **Samedi** | **Dimanche** | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| **Midi** | **Journée à la mer...**20 g de saucisson (2pp)\*\*\*Tomates30 g de fêta (3pp)\*\*\*100 g de poulet (3pp)Pommes de terre (6pp?)Haricots verts \*\*\*Fraises 2 verres de rosé (6pp) | **Barbecue** **\*\*\***Tomates Fêta 30g (3pp)\*\*\*Filet de saumon au barbecue (6pp)Frites à l'actifry 200 g (5pp)Haricots verts vapeur \*\*\*Fruits  | Carottes râpées vinaigrette (1pp)\*\*\*50 g de pain (3pp)150 g de pâtes (5pp)Sauce bolognaise maison (recette à venir) (4pp) \*\*\*1 yaourt (2pp) 2 nectarines  | **Nous recevons...** 1 verre de vin (3pp)Des tomates cerises \*\*\***Terrine de lapin** (3pp)50 g de pain (3pp)\*\*\*Plancha 120 g de poulet (3pp)100 g de frites à l'actifry (3pp)**Purée de courgettes** (1pp)\*\*\*30 g de fromage (3pp)25 g de pain (2pp)\*\*\*Choux Chantilly fruits rouges (7pp) | 2 tranches de jambon (2pp)200 g de pâtes (6pp)Purée de courgettes (1pp)\*\*\*Fraises  | Betteraves crème à 4% de MG + vinaigre \*\*\*2 tranches de jambon (2pp)**Poireaux à la parmesane** (2pp)150 g de riz (5pp)\*\*\*30 g de pain (2pp)1 yaourt brassé (2pp)Nectarine | Betteraves+ crème à 4% de MG + vinaigre\*\*\*Pavé de thon (3pp)Légumes vapeur150 g de semoule (5pp)\*\*\*1 yaourt (2pp)Abricots |
| **Soir** | **Crêperie**\*\*\*1 crêpe au fromage de chèvre (10pp ?)\*\*\*1 crêpe à la confiture d'abricots avec chantilly (6 pp ?)2 verres de rosé (6pp)   | Quiche aux courgettes et chèvre sans pâte (8pp) (recette à venir) \*\*\*Pana Cotta (2pp)2 cookies (3pp) | Omelette aux pommes de terre 3 oeufs (6pp)200 g de pommes de terre (4pp)1 cc d'huile d'olive (1pp)OignonsPoivron \*\*\*1 Yopa cerise (2pp)Abricots | Pas faim !! Je refais un choux du dessert pour le prendre en photo et je ne mange que ça : 7pp | **Pizza sur tortilla Courgette, chèvre & miel** (14 pp)Salade Vinaigrette (1pp)\*\*\*Nectarines | **Poulet Madras aux Penne** (150 g de pâtes) (9pp)\*\*\*1 Yopa Cerise (2pp)Des cerises :) 10 g de chocolat (1pp) | Restaurant Salade aux lardons (4pp ?)\*\*\*Bruschettas au chèvre et chorizo (15pp)\*\*\*2 boules de glace (2pp)  |