

9

AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Thon – Purée
Mousline
Tomate
Haricots verts

Poulet à l'Italienne
Riz Complet

Mardi

Pavé de Saumon
Mélange de Légumes
(Pomme de Terre – Carottes – Haricots verts)

Pâtes
Bolognaise
Julienne de Légumes

Mercredi

Nuggets Maison
Frites (Pomme de Terre et Carottes)
Actifry

Colin à la moutarde
Tomate
Flageolets

Jeudi

Penne Au Jambon - Petits Pois
Endives

Mini-cakes Au crabe
Salade
Tomates cerises

Smile

Vendredi

Reste de la semaine en gardant une assiette équilibrée

Porc au Cidre et aux Pommes
Pomme de Terre

Samedi

Omelette aux Champignons
Jambon râpée
Salade

Repas Ecole (Raclette)

Dimanche

Poulet fermier
Gratin de Choux- Fleurs
Tomate à l'ail

Quiche sans pâte
Bacon
Cancoillotte
Salade

Notes

- Boire 1,5L d'eau

- J'ai de la valeur et je suis importante pour moi-même