

35

# AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Salade  
Composée :  
Dés de Jambon  
Tomates - Maïs  
Chips WW  
-----  
Cabillaud Sauce  
Tomate et  
Basilic  
Boullgour et  
Légumes verts

Mardi

Quenelle de  
Veau  
Printanière de  
Légumes  
-----  
Poulet Tikka  
Massala  
Riz  
Brocolis

Mercredi

Cakes Carottes  
Salade  
Radis  
Mélange Thon et  
Carré frais 0%  
-----  
Burger à la  
dinde  
Frites de Polenta  
Bâtonnets de  
Légumes

Jeudi

Poêlée  
Forestière  
-----  
Farfalles  
Sauce  
courgette  
Julienne de  
Légumes

Smile

Vendredi

Colin à la  
parisienne  
Boullgour  
Haricots verts  
-----  
Moqueca de  
Crevettes  
Semoule  
Complète

Samedi

Reste de la  
semaine en  
gardant une  
assiette  
équilibrée  
-----  
Sortie  
en  
extérieur

Dimanche

Pavé de Boeuf  
au Grill  
Frites au four  
Tomates  
provençales  
-----  
Mijoté de  
Poulet et  
petits pois

Notes

- Tout ce qui est  
entrepris avec  
plaisir et  
bienveillance  
induit la réussite  
de l'objectif visé  
ou l'obtention d'un  
résultat inopiné  
mais préférable.  
Corinne Hofmann