

50

AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Cabillaud
Jardinière de légumes

Tian de pommes de terre
Courgette
Tomates
Mozzarella
Bacon

Mardi

Escalope de Poulet à la moutarde
Riz Brocolis

Spaghettis au Jambon
Sauce
Poireaux

Mercredi

Omelette roulé au Jambon

Velouté de courgette
Croque Monsieur
Pain WW

Jeudi

Filet de Dinde
Sauce Champignons
Semoule
Carottes vapeur

Tarte au bacon
Cancoillotte et Chorizo
Salade

Smile

Vendredi

Reste de la semaine
Tout en gardant une assiette équilibrée

Lasagne au thon et aux légumes

Samedi

Pommes de Terre Sautées
Steack haché
Haricots verts

Tartiflette
Salade

Dimanche

Goulash de Boeuf
Pommes de terre
Haricots au beurre

Nems au Poulet
Salade
Tomates cerises

Notes

- Le courage, c'est beaucoup de courage et un peu d'audace