

12

AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Oeufs  
sur le plat  
Lentilles  
Haricots verts

Crumble de  
Tomates et  
Chorizo

Steack de Boeuf  
Pommes de  
Terre

Mardi

Longe de Porc  
Petits Pois  
Carottes

Brochette de  
Poulet  
Semoule  
Tomates

Mercredi

Steack haché  
Quinoa  
Champignons

Tartine  
Bacon  
Cancoillotte  
Tomate  
Salade

Jeudi

Cake  
Poireaux  
Poulet  
Salade

Tourte  
Jambon  
Champignons

Smile

Vendredi

Reste de la  
semaine  
Tout en gardant  
une assiette  
équilibrée

Velouté de  
Potimarron

Chorizo  
Croque  
monsieur  
Salade

Samedi

Haricots verts  
Lardons  
Coquillettes

Sortie  
au  
restaurant

Dimanche

Filet mignon à  
la crème et  
aux  
champignons  
Brocolis

Timballe  
Julienne de  
légumes

Notes

- **Garde  
toujours à  
l'esprit que  
ta propre  
volonté de  
réussir est  
plus  
importante  
que tout.**