

24

# AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Salade  
Composée

Crozets à la  
crème au  
Poulet et aux  
Légumes

Mardi

Filet de Bar  
Riz  
Ratatouille

Spaghettis  
au Jambon  
Sauce  
Poireaux

Mercredi

Steack Haché  
Purée  
Rondelles de  
Carottes

Wok de  
Crevettes  
Brocolis  
Pâtes

Jeudi

Assiette  
froide :  
Betterave  
Asperges  
Oeuf dur  
Surimi Toasts

Navarin de  
Poulet

Smile

Vendredi

Reste de la  
semaine  
Tout en gardant  
une assiette  
équilibrée

Tarte  
Courgettes  
Tomates  
Mozzarella  
Salade

Samedi

Côte de Porc  
Poêlée de  
Légumes

Brochette de  
Cabillaud  
Courgettes  
Quinoa

Dimanche

Poulet Roti  
Pomme de Terre  
aux herbes au  
four  
Haricots verts

Quiche Lorraine  
Bacon  
Salade

Notes

- Quand vous arrivez au point où vous ressentez plus le besoin d'impressionner personne, votre liberté commence.