

51

AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Farfalles
Crème
Courgettes
Jambon

Bouchée à la
Reine

Riz Complet
Haricots verts

Mardi

Steack haché
Galettes de
Pomme de terre
et de légumes

Gratin de choux
fleur
Côte de Porc
Boullgour

Mercredi

Saucisse
Purée de
légumes

Pizza
Wrap
Jambon
Mozzarella

Jeudi

Quenelles
Blé
Brocolis

Colin au
Curry
Pâtes
Haricots verts

Smile

Vendredi

Reste de la
semaine
Tout en gardant
une assiette
équilibrée

Oeufs à la
coque
Pain de mie
WW
Carottes à
croquer

Samedi

Haché de Dinde
Poêlée de
Légumes
Pomme de
Terre

Cassolette de
St Jacques
Semoule
Julienne de
Légumes

Dimanche

Navarin
de
Poulet

Réveillon
de
Noël

Bûche de Noël
Praliné
Vanille

Notes

- **Semaine gourmande**

- **De temps à autre, il est bon de faire une pause dans notre quête du bonheur et d'être simplement heureux**