

7

AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Roti de Porc
Pomme de Terre
Vapeur
Gratin de Choux
fleurs

Poulet Tikka
Massala
Blé
Carottes Vapeur

Mardi

Steack Haché
Poêlée de
Légumes

Curry de Pois
Chiches
Julienne de
Légumes
Riz

Mercredi

Colin à la
provençale
Frites au four
Brocolis

Gratin d'oeuf
à la sauce
tomate
Pâtes

Jeudi

Reste de la
semaine
Tout en
gardant une
assiette
équilibrée

Poireaux au
jambon
Boullgour

Smile

Vendredi

Poisson Pané
Purée
Mousline
Duo Haricots
verts

Porc au
Cacahuètes
Riz
Haricots beurre

Samedi

Penne aux
Poivrons et
Basilic
Viande de
bœuf haché

Quiche au
Thon à la
moutarde
Tomates
Salade

Dimanche

Raclette

Soupe
de
Légumes

Notes

- Changez ce que
vous pouvez,
acceptez ce que
vous ne pouvez
pas et concentrez
vous sur tous les
merveilleux
aspects de la vie
qui inspirent de
bons sentiments
en vous
Manchesa
Schroeder