

11

# AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Blé  
au Poulet  
Champignons  
Poivrons

Bouchée à la  
reine  
Riz  
Haricots verts

Mardi

Dinde  
au curry  
Poêlée  
de Légumes

Conchiglioni  
Carbonara  
Julienne  
de  
Légumes

Mercredi

Velouté de  
poireaux et  
Pommes de  
Terre  
Pain de mie  
Tranche de  
poulet

Saucisse  
Lentilles  
Carottes

Jeudi

Haricots verts  
au Jambon  
Pommes de  
terre Vapeur

Flan de  
Courgettes et  
de Lardons  
Endives  
Tomates

Smile

Vendredi

Reste de la  
semaine  
Tout en gardant  
une assiette  
équilibrée

Tourte  
Saumon  
Jambon  
Salade

Samedi

Tomates  
farcies  
végétarienne  
Semoule

Pizza  
Wrap

Dimanche

Roti  
de Porc au  
Chorizo et  
Poivrons  
Frites au four

Repas  
de Famille  
Extérieur

Notes

- L'optimisme favorise le bonheur si vous restez positif, les choses et les personnes positives seront attirées vers vous.