

14

# AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Omelette aux  
Poivrons et à la  
Tomate  
Salade

Colin au Curry  
Riz  
Julienne de  
Légumes

Mardi

Filet de Bar  
Boullgour  
Ratatouille

Paupiettes à la  
moutarde  
Blé  
Brocolis

Mercredi

Tomates  
Farcies au  
Thon  
Semoule

Coco  
Paimpolais au  
Poulet  
Carottes

Jeudi

Pomme de  
Terre Vapeur  
Steack Haché  
Endives Cuites

Tian de  
Pommes de  
Terre  
Courgettes  
Tomates  
Mozzarella  
Bacon

Smile

Vendredi

Reste de la  
semaine  
Tout en gardant  
une assiette  
équilibrée

Endives au  
Jambon  
Coquillettes

Samedi

Penne  
crémeuse au  
saumon

Repas en  
famille  
Extérieur

Dimanche

Filet mignon  
en croûte  
Poêlée de  
Légumes

Velouté de  
Légumes  
Toasts au Chèvre  
Salade

Notes

- Si des fois le  
sort s'acharne  
sur toi au  
point de  
vouloir baisser  
les bras,  
continue, ne  
t'arrêtes pas,  
accroche toi à  
la vie :-)