

49

AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Cuisse de Poulet  
Mélange de  
Boulgour et  
de Brocolis

-----  
Emincé de  
Poulet à la  
moutarde  
Riz Carottes

Mardi

Pavé de  
Saumon  
Blé à la tomate

-----  
Tomates  
Farcies  
Coquillettes

Mercredi

Purée de  
Pomme de  
terre et  
Carottes  
Steack Haché

-----  
Boulettes de  
Boeuf au  
Cheddar  
Tagliatelle  
Haricots verts

Jeudi

Omelette aux  
champignons  
et aux lardons  
Salade

-----  
One Pot  
Boulgour au  
Poulet et aux  
Légumes

Smile

Vendredi

Reste de la  
semaine  
Tout en gardant  
une assiette  
équilibrée

-----  
Rouleaux de  
printemps au  
Surimi  
Salade  
Tomates cerises

Samedi

Oeufs sur le plat  
Julienne de  
Légumes  
Lentilles

-----  
Paupiettes de  
Veau  
Pommes de  
Terre Vapeur  
Poêlée aux  
Champignons

Dimanche

Repas en  
famille

-----  
Velouté de  
Butternut  
Tartine Bacon  
Oignons  
Salade

Notes

- **Un sourire  
et une pensée  
positive le  
matin  
peuvent  
changer ta  
journée  
en  
entier ...**