

9

# AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Escalope de  
Dinde à la  
moutarde  
Coquillettes  
Brocolis

Tarte  
Feuilletée au  
Thon  
et aux Légumes

Smile

Mardi

Poêlée de  
Légumes  
Saucisse  
Fumée

Crumble de  
Carottes  
Pavé de  
Saumon

Mercredi

Gratin de  
Macaronis  
au Jambon  
Salade

Calamar  
Riz  
Brocolis

Jeudi

Poisson Pané  
Lentilles  
Haricots au  
beurre

Curry de  
lentilles et de  
Poulet aux  
Poivrons

Vendredi

Reste de la  
semaine  
Tout en gardant  
une assiette  
équilibrée

Nouilles  
Chinoises au  
Poulet et aux  
légumes

Samedi

Quenelle  
Pâtes  
Complètes  
Champignons  
et Oignon

Pommes de  
Terre Sautées  
Boeuf  
Petits Pois

Dimanche

Repas  
Extérieur

Velouté de  
Potimarron  
Chorizo  
Pain WW  
+  
Fromage

Notes

**- Le désir de bien faire est un puissant moteur. Celui de faire du bien est plus puissant encore.**