

21

AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Cake à la
carotte et au
Thon
Salade

Brick au
Poulet et
aux Poivrons
Salade



Mardi

Wrap Saumon
Carré frais
Salade de
Tomates

Gratin de Riz
au Thon
et aux
Légumes
Salade

Mercredi

Hachi
Parmentier
Salade

Mijoté de
Poulet
et de
Petits Pois
à la tomate

Jeudi

Côte de Porc
Courgettes
Blé

Galette :
Jambon Oeuf
Fromage
Endives
Tomates

Vendredi

Reste de la
semaine
Tout en gardant
une assiette
équilibrée

Apéritif
Dinatoire :
Tartinade de
Sardines à la
tomate

Légumes à
croquer - Toasts

Samedi

Haché de
Jambon
Purée de
Pomme de
Terre et
Carottes

Restaurant

Dimanche

Poulet Roti
Pomme de Terre
Actifry
Haricots verts

Crevettes au
Curry
Semoule
Brocolis

Notes

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