

42

# AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Poêlée de légumes et de bacon

Poisson à la bordelaise  
Riz  
Courgettes au Curry

Mardi

Dinde à la crème  
Blé

Champignons  
Gratin d'oeufs durs à la sauce tomate  
Coquillettes

Mercredi

Steack de Boeuf  
Purée de Pomme de terre et Carottes

Poulet  
Petits Pois  
Champignons

Jeudi

Oeufs sur le Plat  
Pâtes  
Brocolis

Lentilles au Chorizo et Saucisse Fumée  
Haricots verts

Smile

Vendredi

Reste de la semaine  
Tout en gardant une assiette équilibrée

Pavé de Saumon  
Boulgour  
Carottes

Samedi

Oeufs sur le plat  
Riz  
Brocolis

Filet Mignon au Bacon et à la Tomate  
Riz

Dimanche

Quenelles aux olives  
Coquillettes  
Haricots verts

Bruschetta  
Jambon  
Mozzarella  
Tomates  
Salade

Notes

- Les gens percevront toujours le changement dans ton attitude envers eux, mais ils resteront aveugles à leur propre comportement qui a provoqué cette transformation