

38

AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Parmentier de Poisson
Petits Pois

Gratin d'oeufs à la sauce tomate
(**Béchamel légère**)
Coquillettes

Mardi

Escalope de veau
Asperges vertes
Riz

Jardinière de légumes
Cabillaud à la moutarde

Mercredi

Purée de Pommes de Terre et Carottes
Steack haché

Poulet aux poivrons au Curry
Semoule

Jeudi

Omelette roulé
Poivrons
Pommes de terre
Salade

Feuilleté à la viande x2
Salade
Endives et Tomates

Smile

Vendredi

Reste de la semaine
Tout en gardant une assiette équilibrée

Gratin de riz au Thon et aux Légumes

Samedi

Steack de Poisson aux herbes
Boulgour
Haricots verts

Crevettes au Curry et au Lait de Coco
Blé

Dimanche

Roti de Porc
Ratatouille
Semoule

Croque Monsieur
Salade
Tomates

Notes

- La famille n'est pas une question de sang. C'est la question de qui te tient la main lorsque tu en a le plus besoin