

51

AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Cabillaud  
Jardinière de légumes

Roti de Porc  
Farci au Chorizo Ninja  
Air Fryer  
Potimarron rôti

Mardi

Escalope de Poulet à la moutarde  
Riz Brocolis

Gratin de Macaronis au Jambon et Haricots verts

Mercredi

Nems aux Crevettes  
Champignons

Velouté de courgette  
Croque Monsieur

Jeudi

Filet de Dinde  
Semoule  
Carottes vapeur

Tarte au Thon et aux légumes  
Salade

Smile

Vendredi

Reste de la semaine  
Tout en gardant une assiette équilibrée

Spaghettis Carbonara  
Julienne de Légumes

Samedi

Omelette aux Lardons  
Haricots verts

Apéritif  
Dinatoire  
Feuilletés  
Saucisse en étoile  
Feuilletés  
Sapin de Noël

Dimanche

Roti de Boeuf  
Pommes de terre  
Haricots au beurre

Oeufs  
Guacamole  
Crevettes  
Salade  
Toast  
Tomates

Notes

- Nous avons deux choix dans la vie : le premier est d'accepter les choses comme elles sont et la deuxième est de prendre la décision de les changer.