

10

AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Tortilla
Oignon
Tomate
Salade

Poisson à la
Bordelaise
Boulgour
Brocolis

Mardi

Sandwich
Saumon
Tomates
Endives

Tajine de
viande
Petit Pois
et Pomme de
Terre

Mercredi

Steack de Boeuf
Coquillettes
Haricots au
Beurre

Poulet à
l'Italienne
Pommes de
Terre et
Carottes Actifry

Jeudi

Poêlée de riz
au Thon
Tomate et
Oignon

Crevettes au
Curry et Lait
de Coco
Semoule
Julienne de
Légumes

Smile

Vendredi

Reste de la
semaine
Tout en gardant
une assiette
équilibrée

Croissant
Jambon/
fromage
Endives
Tomates Cerises

Samedi

Brochettes
de Poisson
Riz
Haricots verts

Filet Mignon
aux lentilles
à la
Moutarde
Tagliatelle
Haricots verts

Dimanche

Repas
de
Famille
Raclette

Tourte
aux
Champignons
Salade

Notes

- **L'homme ne
pourra jamais
cesser de rêver.
Le rêve est la
nourriture de
l'âme comme
les aliments
sont la
nourriture
du corps.**