14

AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Nems
Crevettes
Salade

Poulet
aux Saveurs
du Sud
Semoule
Complète

Mardi

Côte de Porc
Pomme de
Terre et
Carottes
Vapeur

Filet Mignon
à la Crème
et aux
Champignons
Tagliatelle

Mercredi

Oeufs sur le
plat
Petits Pois
Tomates

Curry de
Lentilles
et de Poulet
aux Poivrons

Jeudi

Quenelles
de Saumon
Coquillettes
Haricots verts

Bouchée à la
Reine
Riz
Brocolis

Smile

Vendredi

Reste de la
semaine
Tout en gardant
une assiette
équilibrée

Gratin de
Courgettes
Pommes de
Terre
et de Bacon
Salade

Samedi

Wrap
Thon
Tomates
Salade

Repas
entres
Amis

Dimanche

Roti de Porc
aux
Champignons
Pomme de
Terre frites
Actifry

Croque
Monsieur au
Saumon
Salade
Tomates

Notes

- Le bonheur
n'est pas
d'avoir ce
que l'on
désire,
mais
d'apprécier
ce que l'on a.
Paulo
Coelho |