

41

AU MENU CETTE SEMAINE...

Happy!

Lundi

Omelette aux
Champignons
Carottes aux
Oignons
Lentilles

Courgettes
Farcies
au Thon et
aux Poivrons
Semoule

Mardi

Salade de
Poulet
Asperges
Maïs

Boulettes de
Boeuf à la
Ninja
Riz
Julienne de
Légumes

Mercredi

Pilons de
Poulet à
l'Indienne
Blé
Ratatouille

Hachi
Parmentier
Salade

Jeudi

Nems
aux
crevettes
Salade
Tomates
cerises

Endives au
Jambon
(Béchamel
Légère)

Smile

Vendredi

Reste de la
semaine
Tout en gardant
une assiette
équilibrée

Penne de
Jambon
Sauce
Courgettes

Samedi

Escalope de
Veau à la
Moutarde
Jardinière de
Légumes

Sortie
entres
Filles

Dimanche

Pavé de
Boeuf
Pomme de Terre
Champignons

Bruschetta
Saumon
Cancoillotte
Salade

Notes

- La vie,
c'est comme
une bicyclette,
il faut avancer
pour ne pas
perdre
l'équilibre.
Albert Einstein