



Mes p'tits menus

Semaine du 21 au 27 novembre 2015



	Samedi 21	Dimanche 22	Lundi 23	Mardi 24	Mercredi 25	Jeudi 26	Vendredi 27
Midi	Saucisses de strasbourg + torti au gorgonzola	Journée Belgique Carbonade flamande + frites	Filet de poulet au thym et au citron + haricots verts	Steack hâché + coquillettes	Hamburger/ frites (Mac'Do)	Cordon bleu + purée pdt	Poisson pané + carottes Vichy
Gâter	Cupcakes choco	Gaufres !	Madeleines + compote	Cookies	Crêpes	Pain au chocolat	Quatre-quart
Soir	Pavé de cabillaud à la bordelaise + pommes de terre vapeur	Endives au jambon	Tourte épinards et fourme d'Ambert, façon galette + salade	Tortillas pdt-courgettes + salade	Risotto aux courgettes et chorizo	Aile de raie (surgelée), sauce beurre citron et câpres + 3 riz	Tajine de poulet aux dattes + semoule

Légumes de saison : carotte, chou, citrouille, courge, endive, épinard, fenouil, mâche, panais, poireau, salsifis, topinambour.

Fruits de saison : ananas, citron, clémentine, datte, fruits exotiques (kiwi, kaki, passion, mangue), pomme, poire, orange, marron, noix.

