

# Mes p'tits menus

Semaine du 15 au 21 février 2016



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Tartiflette + salade verte	Lentilles (+ carottes) / saucisse	Tajine de poulet aux dattes + boulghour	Pizza au saumon, crème fraîche et aneth + salade verte	Wraps de blé au saumon fumé (salade, tomate)	Tagliatelles carbonara  Poulet satay + riz	Poulet rôti et ses pommes de terre + salade verte  Salade de pois chiches, roquette et aubergines grillées

**Fruits de saison :** agrumes (clémentine, orange, pamplemousse ...), pommes, poire, fruits exotiques (ananas, mangue, kaki, litchi ...)

**Légumes de saison :** endives, poireau, pommes de terre, choux (choux de Bruxelles, chou-fleur, ..) blette, potiron, brocoli, oignons.

panais, carottes



<http://creativemumandco.com>

