



Menu de la semaine



| Repas de la semaine | |
|---|---|
| Midi | Soir |
| Vendredi | |
| | Galettes de Quinoa Carottes rapées Brocoli vapeur |
| Samedi | |
| Croque-Monsieur Au choix (Mozzarella - Jambon cru - Roquette - Chèvre - Tomates) | Wok Riz/légumes/Poissons |
| Dimanche | |
| Quiche épinards/chèvre Quiches champignons/oignons | Crêpes |
| Lundi | |
| | Purée Fishtick Epinards |
| Mardi | |
| | Carottes rapées Bouchées de tofu au sésame Semoule aux amandes grillées et au raisin |
| Mercredi | |
| | Steack végétal/Falafel Riz complet Légumes vapeur |
| Jeudi | |
| | Pain aux courgettes Purée |
| <i>Soupes de la semaine</i> | |
| Velouté de courgettes Soupe de choufleur à l'indienne Soupe Carottes/Poireaux | |
| <i>Desserts de la semaine</i> | |
| Petits flans de Quinoa à la fleur d'oranger Petites crèmes au chocolat Zéro Kilo Semoule de riz | |

