



Menus du Vendredi 04 Juin au Vendredi 11 Juin



	Ve 04	Sa 05	Di 06	Lu 07	Ma 08	Me 09	Je 10
Midi	Pates pois carrés	Poisson fenouil purée pommes de terre	Chicons gratin	Salade du marché	Parmentier lentilles patates douces	Salade du marché	Parmentier lentilles patates douces
Soir	Oeufs à la coque	Pates au pesto	Quiche champignon	Chorba	Muffins chorizo	Chorba	Muffins chorizo
Desserts							

	Ve 11						
Midi	Ravioli						
Soir	Omelette						
Desserts							



Liste de courses

- Pates : 1000g
- carottes : 1
- ail : 3gousses
- sauce tomate : 1
- pois carrés : 1
- laurier : 1
- oeufs : 9
- Pesto : 1
- pate brisée : 1
- champignons : 1boîte
- fromage : 1
- lait : 1
- lentilles vertes : 200g
- patates douces : 800g
- huile d'olive : 2c. à s.
- échalotes : 2
- ciboulette : 1c. à s.
- persil : 2c. à s.
- tamari : 2c. à s.
- creme de soja : 100mL
- levure maltée : 2c. à s.
- sel : 1
- poivre : 1

Optionnel :

- [fromage] : 1

Ingrédients manquants pour :

- Chicons gratin



- Salade du marché
- Muffins chorizo
- Ravioli



Bon Appétit !