



Menus

du Dimanche 08 Aout au Vendredi 13 Aout



	Di 08	Lu 09	Ma 10	Me 11	Je 12	Ve 13
Midi	Quiche classique	Poisson fenouil purée pommes de terre	Crumble de légumes rotis	Crumble de légumes rotis	Salade de légumineuses Purée de patates douces	Tomates Mozzarella Blanc de poulet
Soir	Salade de riz	Melon garni	Dahl de lentilles	Pates au pesto	Dahl de lentilles	Oeufs à la coque Crepes



Liste de courses

- lardons : 1
- fromage : 1
- oeufs : 5
- lait : 1
- pâte brisée : 1
- riz : 1
- mais : 1
- tomate : 2
- melon : 1
- mozza : 1
- crevette : 1
- avocat : 1
- Pates : 500g
- Pesto : 1
- sauce vinaigrette : 1
- potates douces : 1
- blanc de poulet : 1
- farine : 500g
- oeufs : 6
- lait : 500mL
- eau : 500mL
- sucre : 1
- sel : 1
- huile de tournesol : 2c. à s.

Optionnel :

- [champignons] : 1boite
- [pois chiches] : 1

➤ [lentilles] : 1

Ingrédients manquants pour :

- Poisson fenouil purée pommes de terre
- Crumble de légumes rotis
- Dahl de lentilles
- Tomates Mozzarella



Bon Appétit !