







## Menus du Lundi 08 Mars au Mardi 16 Mars



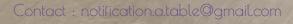
	Lu 08	Ma 09	Me 10	Je 11	Ve 12	Sa 13	Di 14
Midi	Poisson épinards riz	Poulet brique	Paupiettes de veau	Magret de canard	Poisson purée	Choucroute	Carbonade flamande
Soir Desserts	Galettes	Chicons gratin	Raclette	Quiche classique	Omelette	Parmentier lentilles patates douces	Gaufres salées

	Lu 15	Ma 16	
	Lapin a		
	la	Tartare	
Midi	moutarde	frites	
	Tarte		
Soir	tomate	Restes	
Desserts			

















Liste de courses

- > paupiette : 1
- > pommes de terre : 1kg
- > pate brisée : 1
- ➤ lardons : 1
- ➤ fromage: 1
- > oeufs: 5
- ➤ lait : 1
- ➤ lentilles vertes : 200g
- > patates douces : 800g
- > huile d'olive : 2c. à s.
- > échalotes : 2
- ➤ ail : 2gousses
- > 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
- ➤ lapin : 1
- > moutarde : 1
- > tagliatelles : 1
- ➤ les restes : 1

## Optionnel:

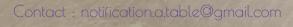
- ➤ [champignons] : 1boite
- ➤ [fromage] : 1

Ingrédients manquants pour :

















- ➤ Poisson épinards riz
- ➤ Galettes
- > Poulet brique
- ➤ Chicons gratin
- > Raclette
- ➤ Poisson purée
- ➤ Choucroute
- ➤ Carbonade flamande
- ➤ Gaufres salées
- ➤ Tarte tomate
- ➤ Tartare frites

hard

Bon Appétit!







