



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	Galettes	Chicons gratin	Raclette	Quiche classique	Omelette	Parmentier lentilles patates douces	Gaufres salées
Desserts							

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

Ingédients manquants pour :



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



Bon Appétit !