

	Petit déjeuner	déjeuner	encas	diner
Lundi	4 biscottes / Beurre et confiture / Banane / café au lait	Gratin butternut mimolette	3 biscuits / Fruit	Chili con carne / Quinoa
Mardi	4 biscottes / Beurre et confiture / Banane / café au lait	Gratin butternut mimolette	3 biscuits / Fruit	Chili con carne / Quinoa
Mercredi	Bowlcake / 1cc chocolat / café au lait	Cake au thon / soupe	3 biscuits / Fruit	Purée de carottes / roti de porc / pâtes / carré de chocolat
Jeudi	Bowlcake / 1cc chocolat / café au lait	Cake au thon / soupe	3 biscuits / Fruit	Purée de carottes / roti de porc / pâtes / carré de chocolat
Vendredi	Gaufres / confiture / café au lait	Restes	3 biscuits / Fruit	Poulet noix de cajou / chou chinois
Samedi	Pain frais/ beurre et confiture / fruit / café au lait	Poulet noix de cajou/ chou chinois	3 biscuits/ Fruit	Pizza healthy
Dimanche	Pancakes / miel / fruit / café au lait	Pommes de terre / Haricots verts / poulet	3 biscuits / Fruit	Repas plaisir



Menus de la semaine

