

En mars, on mange quoi...

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

Semaine 1

Semaine 2



Semaine 3

Semaine 4

En mars, on mange quoi...

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche



restes du week-end	rougaille saucisses - crème chocolat	nuggets poulet/frites patate douce - gâteau vanille	omelette/pommes terre/champignons - riz au lait	poulet au miel/riz - fromage blanc	endives/jambon - yaourt	poulet rôti/pommes de terre/salsifi - tarte au citron
Jambon/pâtes - yaourt	soupe courgettes/kiwi - pain/fromage - clémentine	pizza/laitue - kiwi	soupe tomates/vermicelle - crème vanille	soupe tomates/vermicelle - crème vanille	raclette - salade de fruits	quiche/laitue - yaourt
restes du week-end	boulettes viande/sauce tomates/haricots - compote	galette jambon/fromage - gaufre	côtes de porc gratinées/frites/ tomate provençale - crème brûlée	filet cabillaud/riz/ carottes - cheese cake	poulet à la crème poivrons/purée - yaourt	blanquette veau/riz - ile flottante
saucisses/purée - crème caramel	tarte thon/tomates - muffin au chocolat	pizza/carottes râpées - yaourt	nouilles sautées aux légumes - fromage blanc	tagliatelles carbonara - kiwi	soupe pois/tartines rillettes - gâteau chocolat	velouté haricots blancs - salade de fruits
restes du week-end	boeuf en daube/purée de légumes - yaourt abricot	nuggets/frites - crème chocolat	oeufs brouillés/pâtes/pois - fromage blanc raisins secs	poisson pané/carottes vichy/riz - crème pistache	cordon bleu/purée - yaourt	viande du pot au feu/frites/sauce tomates - crème brûlée
velouté de brocolis/ fromage blanc	velouté de carottes/brochette poulet - compote	chausson butternut/mâche - clémentine	quenelle gratinées - compote	crêpes bêchamel/jambon - kiwi/banane/noix de coco	cake jambon/laitue - pain/fromage - mousse framboise	bouillon - pain/fromage
restes du week-end	croquettes de poisson/riz - gâteau	chorizo aux pommes de terre/ crème vanille	omelette/laitue - haricots - cake	saumon papillote - haricots - cake	hamburger/frites - compote	cassoulet - thiamisu
lasagnes/ compote	soupe champignons -pain-fromage	soupe tomate/ babybel pané - yaourt	flan de poireaux/lardons/ chèvre - riz au lait	croque-monsieur/ salade tomates - riz au lait	gaufre salée/laitue - tarte aux pommes	quiche-yaourt

Semaine 1

Semaine 2



Semaine 3

Semaine 4

Liste de courses

Semaine 1



Liste de courses

Semaine 2



Liste de courses

Semaine 4

