

# En avril, on mange quoi...



samedi

vendredi

jeudi

mercredi

mardi

lundi

dimanche

Semaine 1

Semaine 2

Semaine 3

Semaine 4

# En avril, on mange quoi...



Semaine 1

Lundi

restes du week-end  
saucisses/purée yaourt

Mardi

poisson épinards/pâtes fruit  
soupe de carottes pain/fromage

Mercredi

nuggets poulet blé/haricots verts brochettes de fruits  
pizza/laitue yaourt

Jeudi

oeufs au plat laitue tarte aux pommes  
pâtes gratinées au brocolis sauce tomates fruit

Vendredi

steack haché pommes de terre sautées/carottes pamplemousse sucré  
galette jambon/fromage crème chocolat

Samedi

côtes d'agneau riz/sauce tomates cookies  
velouté courgettes pain/fromage tarte citron

Dimanche

blanquette poulet purée île flottante  
quiche thon/tomate pain/fromage



Semaine 2

restes du week-end  
velouté champignons pain/fromage crème pistache

saumon riz/poivrons yaourt  
soupe tomates/croûtons pain/fromage

croissant jambon/fromage laitue fromage blanc  
pizza carottes râpées crème caramel

spaghetti bolo yaourt  
tarte tatin d'endives pain/fromagefruit

crêpes jambon/béchamel pana cotta fruits rouges  
burger poulet laitue crème vanille

steack haché pois/frites yaourt  
gnocchis gratinés laitue crème

parmentier canard tarte au chocolat  
quiche lorraine yaourt



Semaine 3

restes du week-end  
salade de pâtes fruit

chipolatas purée sauce poivre fromage blanc  
oeuf mollet épinards pain fromage

croque-monsieur tomate provençale crème brûlée  
gratin dauphinois yaourt

omelette pommes de terre/ champignons fruit  
nouilles sautées aux légumes crème vanille

sardines aux oignons pommes de terre muffin  
hot dog frites cookies

jambon coquillettes yaourt  
fajitas poulet crème dessert

boeuf bourguignon purée tarte aux pommes  
curry de carottes/jambon fromage/pain fruit



Semaine 4

restes du week-end  
poisson saucées à l'orange pommes de terre roquette yaourt

saumon caramélisé riz/poivron crème chocolat  
pizza/laitue fromage blanc

côte de porc jardinière de légumes blé fruit  
soupe pois/croûtons pain fromage

crabe farci laitue yaourt  
risotto de coquillettes/c horizo crème vanille

blanc de dinde pané purée de carottes compote  
gaufre salée soupe carottes yaourt

pavé de rumsteack frites tomate provençale tarte aux fruits  
tarte légumes pain/fromage

# Liste de courses

Semaine 1



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

# Liste de courses

Semaine 2



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

# Liste de courses

Semaine 3



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

# Liste de courses

Semaine 4

