

En Août, on mange quoi...



Dimanche

Samedi

Vendredi

Jeudi

Mercredi

Mardi

Lundi

Semaine 1



Semaine 2

Semaine 3



Semaine 4

En Août, on mange quoi...

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche



restes du week-end	jambon/coquillettes pêche	omelette/légumes yaourt	steack haché salade haricots abricot	salade jambon/ melon/feta/tomates yaourt	chipolatas/ p de terre sautées/ carottes	nuggets poulet/ radis/purée
tarte tomates/thon mousse chocolat	taboulé légumes pain fromage	pizza crème vanille	gaspacho pain fromage	hamburger poisson/ carottes râpées glace	galette blé ratatouille/gruyère salade crème chocolat	tarte poireaux crème brûlée
restes du week-end	jambon/ melon/feta île flottante	courgette lait coco curry oeufs brouillés	poulet chorizo/riz banane	salade oeufs durs tomates/croûtons pomme	brochette poisson/ananas légumes poêlés abricot	poulet rôti/ pommes de terre tarte citron
soupe froide courgettes tartines anchois pana cotta framboises	croque-monsieur laitue	aubergines farcies yaourt	terrine de légumes pain fromage	lasagnes fromage blanc	pizza/laitue glace	mille feuilles concombre crabe rocher coco
restes du week-end	omelette jambon/tomates yaourt	croissant jambon carottes râpées glace	bouchées à la reine salade pomme raisins secs	poisson curry/riz melon	steack/frites/ sauce poivre dattes	tourte feuilletée poulet tarte abricots
cheese naans/salade mousse framboises	croquettes thon frites courgettes parmesan crème vanille	tomates/mozarella quatre quart	risotto coquillettes/ chorizo yaourt	empanadas/laitue pêche	rillettes thon ou saumon ou sardins fondant chocolat	curry légumes lait de coco pêche
restes du week-end	cordons bleus/ frites patate douce abricot	gaufres salées/radis banane sauce chocolat	terrines courgettes/ mortadelle pastèque	saucisses/blé/ carottes salade oranges/ framboises	spaghetti pesto riz au lait	chili con carne tarte fraises
salade pâtes/ poulet/tomates/ bacon	fian carotte/jambon pain/fromage	oeuf mollet/lardons p de terre raisin	gratin pâtes/poireaux/ chorizo/ricotta pêche	soufflé au fromage/ laitue crème pistache	fajitas glace	tarte oignons yaourt

Semaine 1



Semaine 2

Semaine 3



Semaine 4

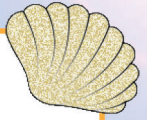
Liste de courses

Semaine 1



Liste de courses

Semaine 2







































Liste de courses

Semaine 3



A series of horizontal lines for writing, corresponding to the asterisk markers on the left.



Liste de courses

Semaine 4

