En octobre, on mange quoi...

Lundi

Restes du week-end
Ballotines poulet farcis poivrons/riz - crème aux petits beurre

Mardi

Saucisses/haricots tomates-fromage blanc

Soupe potimarron/carottes/pdeterre-pain rillettes-pomme

Mercredi

Tomates farcies/riz-flan

Salade lardons/chèvre-yaourt

Jeudi

Chili con carne/raisin
Moëlleux courgettes fondant
kiri/jambon-crème brûlée

Vendredi

Poivrons farcis riz/poulet- banane
Soupe lentilles corail à l'indienne/mousse chocolat

Samedi

Steack/frites/sauce poivre-clémentine
Pizza/salade - salade de fruits

Dimanche

Poulet rôti aux herbes de provence/p de terre/salsifis-tarte au citron
Quiche thon/tomates - yaourt

Recettes qui donnent envie

A ne pas oublier

Promos repérées

Liste de courses

Menus proposés par Sysy in the City et Maman Poussinou