

En octobre, on mange quoi...



Lundi

Restes du week-end

Côte porc au four/salade-compote

Mardi

Poulet curry/riz-pana cotta

Gratin choux-fleur-yaourt

Mercredi

Nuggets poulet/frites-crème vanille

Soupe champignons/fromage

Jeudi

Beignets calamars/salade-fruit

Tarte aux oignons-yaourt

Vendredi

Tagliatelles carbonara-pomme

Soupe courgettes-crème

Samedi

Galette jambon/fromage-banane

pizza/salade-fromage

Dimanche

Lasagnes-charlotte aux mangues

Tarte carottes-fruit

Recettes qui donnent envie

À ne pas oublier

Promos repérées



Liste de courses