



Menu du					Calories
	Petit déjeuner	Déjeuner	Goûter	Dîner	PP
Lundi	Thé au lait écrémé clémentine muffin complet pâte d'arachide	Steack haché 5% Pommes de terre vapeur coleslaw fromage blanc 0% 1 barre peanut butter so shape	Compote ssa Fromage blanc 0%	Lasagnes à la bolognaise barre praliné ww	
Mardi	Thé au lait écrémé banane pain ww pâte d'arachide	Salade César	Compote ssa fromage blanc	Papillote de maquereau petits légumes compote ssa	
Mercredi	Thé au lait écrémé clémentine muffin complet beurre omega 3	Brandade "light" banane/speculoos 1 carré chocolat gerblé 1 cookie so shape	Fromage blanc compote ssa 1 petit beurre Lu	Filet de poulet chou fleur béchamel légère Fraises	
Jeudi	Thé au lait écrémé clémentine pain ww chocobutter prozis	Tajine de légumes/falafels WW Crème chocolat light & free	Compote ssa clémentine muffin prozis	Aiguillettes de poulet poivron/pommes de terre vapeur 1 bar praliné ww	
Vendredi	Thé au lait écrémé banane pain ww pâte d'arachide	Bâtonnets de colin brocolis - pommes de terre fromage blanc 0% Framboises		Panini la boulangère avec légumes	
Samedi	Thé au lait écrémé muffin complet confiture	Pâtes, carré frais aux herbes tomates cerises, omelette Fromage blanc 0% Framboise	1 mini kit kat Infusion banane	Cracker fromage ww pizza glace	
Dimanche	Ricoré pain ww - beurre - confiture	Jambon - pommes de terre caprice des dieux banane/speculoos		Salade César burger king	