

## Au menu cette semaine

	Midi	Soir
Lundi	Pommes de terres sautées, steack, pomme	Soupe de potiron, gâteau de riz
Mardi	Carottes rapées, lasagne	Pizza, salade
Mercredi	Croque Mr, haricots verts	Crique, salade verte, poire
Jeudi	Oeuf mimosa, endives, gnocchi	Gratin de brocolis au fromage
Vendredi	Poissons panés, riz basmati, mandarine	Champignons sautés à l'ail, salade composée (avocat, haricots rouge, carotte)
Samedi	Crêpes salées et sucrées	Terrine chèvre- betterave, coeurs de palmier, mini éclair aux sardines
Dimanche	Moules + frites Ananas	Vermicelle, carottes sautées

---

### La liste des courses

Légumes : Carottes, brocolis, betterave, ananas, pommes, poire, endives, salade, pommes de terre, potiron, mandarine, avocat, champignons, mandarine

Céréales, riz, pâtes : lasagne, gnocchi, vermicelle, riz rond, riz basmati

Viandes, charcuterie : steack, jambon,

Poissons : poissons panés, moules

Conserves : haricots verts, haricots rouge, coeur de palmier, sardines

Produits laitiers : chèvre, emmental, fromage pour croque Mr, fromage blanc

Condiments : \_\_\_\_\_

Surgelés : \_\_\_\_\_

Divers : œufs, pain de mie, farine,