

Menus d'AUTOMNE	DEJEUNER	DINER
LUNDI	Flan de poireaux au chèvre	Rôti de veau + galette de légumes et pomme de terre
MARDI	2 œufs brouillés + semoule + ratatouille ou tomates concassées	Quiche d'automne (butternut)
MERCREDI	Fajitas (blanc de poulet, poivrons, oignons, courgettes, sauce tomate)	Lasagnes de légumes ou aux épinards
JEUDI	Blancs de dinde + purée de céleri et pomme de terre	Lentilles au curry, carottes, brocolis
VENDREDI	Colin + Riz complet + fondue de poireaux	Gratin de potimarron + mache
SAMEDI	Omelette aux champignons/pommes de terre + salade de chou	Pizza maison + salade verte
DIMANCHE	Brandade de morue + crudités (mache, radis, fenouil...)	Crêpe party (jambon blanc, fromage, légumes cuits ou crudités)