



Menus de Printemps « Spécial Confinement » semaine 2

*Voici cette semaine des menus plus simples si vous avez moins de temps pour cuisiner
Les enfants peuvent vous aider, c'est le bon moment pour leur faire découvrir de nouveaux plats.*

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
DEJEUNER	Saumon Fenouil et pommes de terre au curry et fromage blanc Ananas	Tian de betteraves aux pommes et au cumin Falafels Salade verte Fromage blanc	Tortilla (œufs brouillés avec oignons Tomates pelées en boîte) Salade d'endives Semoule au lait aux abricots secs	Magret de canard grillé Purée de céleri Salade verte Comté Orange	Carottes râpées (dés de pommes gruyère et raisins secs) Steak haché Frites de patates douce au four Compote	Lasagnes Thon/tomates et courgettes Salade Kiwi	Asperges Gigot d'agneau Haricots blancs salade Tarte à la rhubarbe
DINER	Pizza maison Jambon cru Champignons chèvre Salade verte Compote de fruits (banane/pommes)	Salade composée (Choux fleur cru Pommes de terre Œuf durs) Mayonnaise légère Entremet maison	Croque- Monsieur Salade Salade de fruits frais	Salade de petits pois/radis roses/oignons rouge Yaourt Coulis de Framboises surgelées	Maquereau grillé Betteraves chaudes à la crème (ail et persil) Poire	Œufs durs Epinards Camembert pomme	Haricots verts (surgelés) Dés de bacon Yaourt