

PLANNING DE MENU

Printemps

LUNDI

Galette végétarienne
Carottes
Pamplemousse

Soupe de légumineuses
Fromage
Compote

MARDI

Œuf
Panais/topinambours/navet
Kiwi

Soupe
Riz ou semoule au lait

MERCREDI

Viande blanche
Chou
Banane

Sandwich
Salade
Fruit

JEUDI

Légumineuses
Artichaut/épinards/blette
Mangue

Soupe
Fromage
Compote

VENDREDI

Oeuf
Semoule/pomme de terre
Pomme

Légumes farcis ou en gratin
Yaourt

SAMEDI

Poisson/crustacés
Riz
Fraise/cerise/rhubarbe

Quiche/pizza/cake
Salade verte
Compote

DIMANCHE

Plat mijoté ou grillé
Fraise/framboise/abricot

Restes de la semaine