

PLANNING DE MENUS

été

LUNDI

Galette végétarienne
Carottes
Fruit de saison

Salade composée
Yaourt/fromage blanc

MARDI

Légumes farcis
Fruit de saison

Soupe froide
Pain et fromage
Compote de fruits

MERCREDI

Salade composée
Fruit de saison

Poêlée de légumes
Riz ou semoule au lait

JEUDI

Légumineuses
Courgettes
Fruit de saison

Pâtes fourrées
Yaourt/fromage blanc

VENDREDI

Oeuf
Légume vert
Fruit de saison

Salade composée
Compote

SAMEDI

Poisson/crustacés
Riz
Fruit de saison

Quiche/pizza/cake
Salade verte
Compote

DIMANCHE

Barbecue
Légumes grillés
Fruit de saison

Restes de la semaine