



N° 1 2011

LE SEMAINIER DU MENU

Semaine 1 janvier/février 2011



MENU DE LA SEMAINE

Cornets à la vanille**

** Recette tirée au dernier numéro

REPAS DE MIDI

Lundi

Spaghetti aux légumes racines**

** Recette tirée au dernier numéro

Mardi

Salade
Galettes de semoule et médaillons de porc**
Poireau

** Recette tirée au dernier numéro

Mercredi

Soupe aux légumes
Pizza de maïs*

** Recette tirée au dernier numéro

Jeudi

Salade de betteraves
Fromage d'Italie et salade de pommes de terre

** Recette tirée au dernier numéro

Vendredi

Salade
Spätzlis gratinés**

** Recette tirée au dernier numéro

REPAS DU SOIR

Soufflé vanillé de riz**
Compote de poires

** Recette tirée au dernier numéro

Salade
Canapés au cottage cheese**

Salade de rampon
Croissants aux légumes**

** Recette tirée au dernier numéro

Pain escargot aux pommes et aux carottes**
Fromage et beurre

Bircher aux amandes*
Pain complet
Fromage frais

DESSERT/QUATRE-HEURES

Quatre-heures:
Muffins au chocolat fourés au massepin*
Servir avec un verre de lait

CONSEIL

Toutes les recettes avec * et ** figurent sur les pages suivantes.