



N° 4, avril 2011

LE SEMAINIER DU MENU

Semaine 1, avril 2011



MENU DE LA SEMAINE

Kouglof à la rhubarbe**



**Recette tirée du dernier numéro

REPAS DE MIDI

Lundi

Salade mêlée
Crêpes au jambon et à la crème*

Mardi

Boulettes de viande hachée au fromage*
Côtes de bette
Pommes de terre au four

Mercredi

Salade
Spaghettis
Sauce tomates
Sbrinz râpé

Jeudi

Salade
Escalopes au four**
Riz aux légumes
**Recette tirée du dernier numéro

Vendredi

Salade de concombre
Poisson croustillant et sauces dip*

REPAS DU SOIR

Soupe aux carottes garnies*
Pain complet
Fromage frais

Bircher au pâques**
Pain, beurre, fromage

**Recette tirée du dernier numéro

Concombres et carottes, taillés en bâtonnets
Pommes de terre en robe des champs
Cottage cheese

Petits gâteaux
Sauce aux fruits secs*
ou crème vanille*

Salade de patates
Saucisses de Vienne

DESSERT/QUATRE-HEURES

Dessert
Crème pommes-chocolat **

**Recette tirée du dernier numéro

Quatres-heures
Brownies aux carottes**

**Recette tirée du dernier numéro

CONSEIL

Préparer la double quantité de pommes de terre en robe des champs pour la salade

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