



N° 7/8 2011

LE SEMAINIER DU MENU

Semaine 1 juillet/août 2011



MENU DE LA SEMAINE

**Biscuit meringué
aux mûres****

REPAS DE MIDI

Lundi

Emincé d'été*
Penne rigate
Brocoli

Mardi

Croûtes aux œufs
miroir*
Carottes

Mercredi

Salade
Tarte aux courgettes
rondes **

**recette tirée du dernier numéro

Jeudi

Salade de mini-
pommes de terre en
corbeille de saucisson**

**recette tirée du dernier numéro

Vendredi

Wraps aux légumes**
Escaloppe de poulet
grillée

**recette tirée du dernier numéro

REPAS DU SOIR

Salade au colrave *
Sauce cottage cheese
Pain, beurre

Salade de pâtes à
l'italienne**

**recette tirée du dernier numéro

Bircher
Pain, beurre,

Café complet
Frappé framboises et
amandes*

Compote de cerises*
Séré à la cannelle

DESSERT/QUATRE-HEURES

Quatres-heures
Crème de chocolat blanc
aux framboises

**recette tirée du dernier numéro

Dessert
Glace aux deux
melons**

**recette tirée du dernier numéro

CONSEIL

Tip

Préparer la double quantité de
pâtes.

Tip

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