



N°11/2009



REPAS DE MIDI

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Emincé de porc sauce moutarde aux herbes** Brocolis Riz</p> <p>**Recette tirée du dernier numéro.</p>	<p>Salade de betteraves Galettes de riz*</p>	<p>Salade Cordon bleu** Pâtes Coux de Bruxelles</p> <p>**Recette tirée du dernier numéro.</p>	<p>Salade Knöpfli au fromage façon crumble** Purée de pommes</p> <p>**Recette tirée du dernier numéro.</p>	<p>Salade Gratin de pâtes* Colraves vapeur</p> <p>**Recette tirée du dernier numéro.</p>

REPAS DU SOIR

<p>Yoghourt aux fruits frais Pain complet Fromage, beurre</p>	<p>Légumes, taillés en bâtonnets Sauce au séré Jambon Pain aux noix</p>	<p>Pommes de terre à la raclette** Compote de poires</p> <p>**Recette tirée du dernier numéro.</p>	<p>Pain perdu au jambon et aux herbes* Choux fleur</p>	<p>Velouté de carottes aux croûtons*</p>
---	---	--	--	--

DESSERT/QUATRE-HEURES

<p>Croissant aux noisettes**</p> <p>**Recette tirée du dernier numéro.</p>				<p>Crème caramel**</p> <p>**Recette tirée du dernier numéro.</p>
--	--	--	--	--

CONSEIL

<p>Préparer la double quantité de riz pour les galettes.</p>		<p>Préparer la double quantité de pâtes pour le gratin.</p>	<p>Préparer la double quantité de knöpfli et mettre au congélateur.</p>	<p>Toutes les recettes avec ** et * figurent sur les pages suivantes.</p>
--	--	---	---	---