



MANGEONS BIEN

**La Chandeleur
le 02 février**



A vos poêles , prêts, sautez ; amusez-vous bien à la maison à faire sauter le plus de crêpes possible, pour bien les garnir , et se régaler à les déguster!!!!

***Bonne chandeleur
À tous!!!!!!***

Bulletin N°4

le vendredi 07 Janvier 22



Journal conçu et mis en page par :

• Carole LACOSTE

Les menus à 20 jours (1)

<p><u>Lundi 10 Janvier 22</u> Potage ^F Paupiettes ^F Quinoa ^E Fromage Fruits de saison^F</p>	<p><u>Mardi 11 Janvier 22</u> Carottes râpées^F Poulet rôti^F Haricots verts^S Petits filous ^F Spéculos ^E</p>	<p><u>Jeudi 13 Janvier 22</u> Potage ^{FM} Blanquette de veau^F Riz créole^E Fromage Salade de fruits^{FM}</p>	<p><u>Vend. 14 Janvier 22</u> Endives /noix^F Brandade / morue^F Gâteaux /yaourts^{FM}</p>
<p><u>Lundi 17 Janvier 22</u> Potage ^F Rôti dinde ^F Petits pois^C Yaourts fermiers</p>	<p><u>Mardi 18 Janvier 22</u> Salade verte^F Bœuf bourguignon^F Pdt vapeur^F Fromage Compotes ^E</p>	<p><u>Jeudi 20 Janvier 22</u> Soupe /vermicelles^F Nuggets de poulet^S Coquillettes /beurre Vache qui rit Viennois chocolat^F</p>	<p><u>Vend. 21 Janvier 22</u> Pamplemousse ^F Poisson frais Carottes vichy^F Fromage Crêpes Tatin^S</p>
<p><u>Lundi 24 Janvier 22</u> Asperges ^C Saucisses ^F Lentilles BIO^E Fromage Kiwis ^F</p>	<p><u>Mardi 25 Janvier 22</u> Potage de légumes^F Poulet rôti^{SV} Ebly au curry ^E Panna cotta et son Coulis ^F</p>	<p><u>Jeudi 27 Janvier 22</u> Betteraves ^{SV} Lasagnes au boeuf^{FM} Fromage Fruits de saison ^F</p>	<p><u>Vend. 28 Janvier 22</u> Pâté de campagne^F Calamars ^S Fondue poireaux^S Fromage Tartes aux pommes^F</p>
<p><u>Lundi 31 Janvier 22</u> Salade verte ^F Navarin d'agneau^F Et ses légumes^F Fromage blanc Petits gâteaux^E</p>	<p><u>Mardi 1er Février 22</u> Menu Chinois</p>	<p><u>Jeudi 3 février 22</u> Potage ^{FM} Escalopes dinde ^{SV} Pâtes au jus ^E Fromage Fruits de saison</p>	<p><u>Vend. 4 Février 22</u> Œufs mayonnaise^F Poisson frais Brocolis persillés^S Fromage Fruits de saison</p>
<p><u>Lundi 7 Février 22</u> Carottes râpées^F Spaghettis à la Carbonara^F Fromage Compotes ^E</p>	<p><u>Mardi 8 Février 22</u> Quiche lorraine^S Steak haché ^S Haricots beurre^S Salade de fruits ^{FM}</p>	<p><u>Jeudi 10 Février 22</u> Chou blanc^F Poulet rôti ^{SV} Salsifis persillés^S Fromage Gâteaux de semoule^F</p>	<p><u>Vend. 11 Février 22</u> Potage de légumes^F Poissons panés ^S Riz pilaf^E Poures / chocolat^E</p>

