

Lundi

Légumes sautés et semoule

Ingrédients

Brocolis, carottes, sauce soja et semoule

Fromage blanc à la crème de marron

Mardi

Feuilleté épinards et chèvre

Ingrédients

Pâte feuilletée, épinards, chèvre, crème fraîche

Compote de poires

Mercredi

Gratin de gnocchis à la sauce tomate

Ingrédients

Gnocchis, sauce tomate, gruyère

Bananes

Jeudi

Salade italienne

Ingrédients

Pâtes, artichaut, jambon cru, mozzarella

Crème au caramel

Vendredi

Pizza maison

Ingrédients

Pâte à pizza, pesto, courgettes, tomates, mozzarella

Pommes revenues dans du beurre

Ma liste de courses pour la semaine

Rayon frais

Fromage blanc
Pâte feuilletée
Chèvre
Crème fraîche
Gnocchis
Gruyère
Jambon cru

Crème au caramel
Mozzarella*
Pâte à pizza
Beurre

Autres

Sauce Soja
Semoule
Crème de marron
Sauce tomate
Pâtes

Compote de poires
Pesto

Fruits & Légumes

Brocolis
Carottes
Épinards
Artichauts
Courgettes
Tomates
Pommes
Bananes

maman vogue 

*Ingrédients pour plusieurs recettes