

Lundi

Tarte tatin tomates cerise

Pâte brisée, tomates cerise,
beurre, sucre, crème de
basalmique, burrata

Poires



Mardi

Gratin de brocolis

Brocolis, bechamel, gruyère

Yaourts aux fruits



Mercredi

Courgettes au pesto

Courgettes, huile d'olive, pesto,
semoule

Mousse au chocolat



Jeudi

Salade de pâtes

Pâtes, ananas, lardons, coeur de
palmiers, avocats

Tarte aux pommes



Vendredi

Macédoine et oeufs mimosa

Macédoine, mayonnaise, oeufs

Fromage blanc surprise

Fromage blanc, poires, copeaux
de chocolat



Ma liste de courses
pour la semaine



Rayon frais

Pâte brisée
Gruyère râpé*
Burrata
Lait
Beurre*
Yaourts aux fruits
Mousse au chocolat
Lardons
Mayonnaise
Oeufs
Fromage blanc

Fruits &
Légumes

Tomates cerise
Brocolis
Courgettes
Poires
Ananas
Avocats
Macédoine

Autres

Coeurs de
palmiers
Pâtes
Chocolat

Huile d'olive
Crème de basalmique
Sucre
Farine
Pesto
Semoule
Pâtes

