

Lundi

Tartine gourmande à la provençale

Pain de campagne, ratatouille,
fromage frais et oeuf mollet

Clémentines

mv

Mardi

Flan aux asperges

Oeufs, farine, lait, asperges,
gruyère

Fromage blanc au sucre

mv

Mercredi

Salade gourmande

Quinoa, endives, pommes, comté,
lardons

Gâteau au chocolat

mv

Jeudi

Mont d'or et pommes de terre

Mont d'or, pommes de terre

Pommes

mv

Vendredi

Tarte pommes & camembert

Pâte feuilletée, pommes,
camembert, oignons

Crème à la vanille

mv

Ma liste de courses
pour la semaine

Rayon frais

Fromage blanc
Gruyère*
Oeufs*
Fromage frais
Comté
Mont d'Or
Camembert
Pâte feuilletée
Crème à la vanille
Lardons

Fruits &
Légumes

Clémentines
Pommes*
Endives
Pommes de terre
Oignons

Autres

Lait*
Farine
Sucre
Ratatouille
Asperges (conserves)

Chocolat
Quinoa
Pain

mv