



Novembre 2023	lundi 27/11	mardi 28/11	mercredi 29/11	jeudi 30/11	vendredi 01/12	samedi 02/12	dimanche 03/12
PETIT DEJEUNER	Thé, café...	Thé, café...	Thé, café...	Thé, café...	Thé, café...	Thé, café...	Thé, café...
	Porridge gourmand	Bowlcake nappage spéculos	Mug cake	Porridge gourmand	Bowlcake minceur	Mug cake	Porridge gourmand
	Ange14	Ange14	Ange14	Ange14	Ange14	Ange14	Ange14
DEJEUNER	Filet mignon à la moutarde à l'ancienne	Gratin de patate douce et butternut	Omelette Jambon pommes de terre	Mc muffin salé	Clafoutis de saumon aux légumes	Gratin de macaronis à la butternut et aux 3 fromages	Gâteau invisible aux pommes de terre
	Laety cuisine	Chrisandco	Ange14	Ange14	Chez Vanda	Chez Vanda	Ange14
Dessert si besoin	à vous de choisir	à vous de choisir	à vous de choisir	à vous de choisir	à vous de choisir	à vous de choisir	à vous de choisir
COLLATION	Bowlcake vanille chocolat	Porridge double chocolat	Fondant à la butternut et ses noix croquantes	Pudding de potiron aux pruneaux	Nuage aux pépites de chocolat	Brownie aux saveurs ferrero rocher	Prunier aux flocons d'avoine
	Chrisandco	Chrisandco	Chez Vanda	Chez Vanda	Chrisandco	Ange14	Chez Vanda
DINER	Soupe épicée carottes et pois chiche	Pain de carottes aux flocons d'avoine	Porridge salé	Crevettes au curry et lait de coco	Wrap omelette	Maki géant thon et avocat	Soupe de potiron aux noisettes
	Chez Vanda	Ange14	Ange14	Laety cuisine	Laety cuisine	Chrisandco	Chez Vanda
Dessert si besoin	à vous de choisir	à vous de choisir	à vous de choisir	à vous de choisir	à vous de choisir	à vous de choisir	à vous de choisir



LAIT VEGETAL CHOCOLAT +LAIT SELON VOS GOÛTS	MAÏZENA	HUILE +HUILE D'OLIVE	BANANES	JAMBON BLANC	SALADE	OIGNON
LAIT ÉCRÉMÉ	RIZ POUR SUSHI	VINAIGRE + VINAIGRE DE RIZ	CITRON	500G CREVETTES	PATATES DOUCE	AIL
OEUFS	FLOCONS D'AVOINE	BOUILLON DE VOLAILLE ET LÉGUMES		2 PAVÉS DE SAUMON	COURGE BUTTERNUT	PERSIL
SKYR VANILLE	AMANDES EFFILÉES	MAYONNAISE		RONDELLES DE BACON	CAROTTES	CURRY
WRAPS	GRAINES DE PAVOT ET GRAINES DE SÉSAME	FEUILLES D'ALGUES GRILLÉES		ALLUMETTES DE BACON	2 BUTTERNUTS	MUSCADE
YAOURTS BRASSES	FARINE+ FARINE D'AVOINE	PAIN DUR OU CHAPELURE		THON EN BOITE	POMMES DE TERRE	HARISSA
FROMAGE BLANC ET OU SKYR	CÉRÉALES	MOUTARDE A L'ANCIENNE		FILET MIGNON	POTIRON	CURCUMA
CRÈME FRAÎCHE+LIQUIDE	CHOCOLAT NOIR TABLETTE ET OU PEPITES DE CHOCOLAT				TOMATES	CUMIN
CARRÉ FRAIS	SIROP D'ÉRABLE OU ET MIEL				AVOCAT	CORIANDRE
	MUFFINS COMPLETS				CHOU FLEUR	
LAIT DE COCO	LEVURE CHIMIQUE				POIREAUX	GINGEMBRE
PARMESAN	SUCRE+SUCRE FLEUR DE COCO					PAPRIKA
BEURRE	CACAO NON SUCRÉ					
GRUYÈRE RÂPÉ	POUDRE D'AMANDE					
	SUCRE VANILLE+ VANILLE LIQUIDE					
	MACARONIS					
	RIZ BASMATI					
	PRUNEAUX SECS DÉNOYAUTÉS					
	PRUNES ROUGES SURGELÉES					
	MÉLANGE NOISETTES,NOIX, NOIX DE CAJOU, AMANDES					
	PATE A TARTINER CHOCOLAT					
	NOIX+NOISETTES					
	POIS CHICHES CUITS					