

MENU ALTERNATIF

LUNDI

Carottes râpées
Raviolis BIO de **Saint Jean** aux
champignons & à l'ail des ours
Yaourt nature
Pomme HVE de la Vallée du Rhône



MARDI

Betteraves
Haut de cuisse de poulet aux herbes
Petits pois
Carré du Trièves **de la laiterie du Mont Aiguille**
Gâteau au yaourt **de l'Etape Gourmande**
Alternatif : Pavé Fromager

BELGIQUE

Conseils de Guillette !

*Puis-je jeter le blanc d'oeuf non
utilisé ? Bien sûr que non malheureux !
Tu peux faire des rochers coco ou
des meringues avec.*

La **CARBONADE
FLAMANDE** doit
son nom au CHARBON
de **BOIS** sur lequel
elle **MIJOTAIT**
autrefois.

MENU DE BELGIQUE

JEUDI

Chicons *salade d'endives*
Carbonade Flamande
Choux de Bruxelles au jus
Yoghourt
Gaufre liégeoise
Pain au Maïs de l'Etape Gourmande
Alternatif : Boulettes au sarrasin & lentilles

VENDREDI

Salade vénitienne
Filet de **poisson label MSC** meunière & citron
Haricots verts et pommes de terre
Tomme du Châtelard **d'Eydoche**
Clémentine
Alternatif : Beignet de camembert



Bruges

