

Samedi 16	<i>Moules marinières Frites Framboises</i>
Dimanche 17	<i>On improvise avec les fonds de placard pour les vider</i>
Lundi 18	<i>Magrets de canard Figues</i>
Mardi 19	<i>Salade composée Raisin</i>
Mercredi 20	<i>Mortadelle Artichauts vinaigrette Pêches</i>
Jeudi 21	<i>Courgettes farcies Raisin</i>
Vendredi 22	<i>Sortez !</i>

Vous pouvez accompagner vos magrets d'une salade de mâche et de tomates cerises coupées en deux.

Vous pouvez composer votre salade des ingrédients suivants : maïs, blé précuit, thon au naturel, tomates, concombre, billes de mozzarella.

Les courgettes seront évidées et farcies d'un mélange composé de leur chair, de viande hachée, oignon, ail, persil, œuf entier, noix de muscade.

Liste des courses

RAYON SURGELES

- Moules
- Frites
- Oignons et ails émincés
- Persil

RAYON FRAIS

- Magrets de canard
- Billes de mozzarella
- Mortadelle
- Oeufs
- Viande hâchée

EPICERIE

- Vin blanc
- Boite de maïs
- Blé type Ebly
- Boite de thon au naturel
- Noix de muscade

PRIMEUR

- Framboises, Figues, Raisin, Pêches
- Mache, Tomates cerises, Concombre, Artichauts, Courgettes rondes