

Semaine
13-18

Samedi 24	<i>Jambon blanc & légumes verts Banane</i>
Dimanche 25	<i>On finit les restes</i>
Lundi 26	<i>Poêlée de patates douces Poire</i>
Mardi 27	<i>Cocotte de haricots blancs</i>
Mercredi 28	<i>Tofu poêlé et brocolis Orange</i>
Judi 29	<i>Aubergines et pois chiche</i>
Vendredi 30	<i>Sortez !</i>

Liste des courses

SURGELES

- Petits pois
- Fèves pelées

RAYON FRAIS

- Jambon blanc
- Viande de grison
- Parmesan râpé

ÉPICERIE

- Bocal de pois chiches
- Bocal de haricots blancs
- Tomates concassées
- Quinoa
- Tofu ferme

PRIMEUR

- Aubergine, brocolis
- Chou kale, pousses d'épinards, feuilles de cresson, branche de céleri
- Thym frais, persil
- Asperges, poids gourmands, petites pommes de terre nouvelles
- Patates douces
- Kiwi, Poires, Oranges, Banane