

Semaine
16-18

Samedi 14	<i>Fonds de placards</i>
Dimanche 15	<i>On finit les restes</i>
Lundi 16	<i>Soupe à l'oignon</i> <i>Far aux pruneaux</i>
Mardi 17	<i>Kig-ha-farz</i> <i>Yaourts</i>
Mercredi 18	<i>Chou vinaigrette</i> <i>Magret/ écrasé de</i> <i>pomme de terre</i>
Judi 19	<i>Crevettes poêlées</i> <i>Restes du Kig-ha-farz</i> <i>Oranges</i>
Vendredi 20	<i>Sortez !</i>

Liste des courses

SURGELES

- Crevettes décortiquées cuites

RAYON FRAIS

- Yaourts
- Crème épaisse
- Fromage râpé
- Beurre / Beurre demi-sel
- Lait
- Œufs
- Lardons
- Pièces de viande pour le Kig-ha-farz selon votre gout
- Magrets de canard

ÉPICERIE

- Farine de froment
- Farine de sarrasin
- Pruneaux
- Sucre / sucre vanillé
- Vin blanc

PRIMEUR

- Echalottes, ail, oignons
- Légumes pour pot au feu
- Chou
- Pommes de terre
- Oranges