

Semaine
50-18

Samedi 08	<i>On finit les restes</i>
Dimanche 09	<i>Fond de placards</i>
Lundi 10	<i>Soupe tandoori au poulet</i>
Mardi 11	<i>Velouté de butternut et caviar de champignons</i>
Mercredi 12	<i>Mijoté de poulet au gingembre</i>
Judi 13	<i>Riz sauté veggie à la sauce soja</i>
Vendredi 14	<i>Sortez !</i>

Liste des courses

- Colis Quitoque 4 recettes -400 Kcal.

+ une recette sucrée Papillote de mangue et poire à la vanille, yaourt de brebis
- Supplément grande corbeille de fruits
 - 5 x poires comices (700 g),
 - 18 x clémentines (1134 g),
 - 5 x fruits de la passion (225 g),
 - 1 x Noix (210g).

Code parrainage : ALETPCM

<http://www.jaiessayepourvous.fr>