

# MENU OCTOBRE 2017

## Semaine 1

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
Seffa Medfouna	Salade verte	Salade de tomates	Couscous poulet
Dinde	Brochettes boeuf / pâtes	Escalope de dinde / riz	Fruits
Yaourt chocolat	Fromage + fruits	Yaourt aux fruits	

## Semaine 2

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
Tajine poulet	Salade verte	Soupe de légumes	Couscous boeuf
Légumes	Spaghetti bolognaise	Omelette / pomme de terre	Fruits
Yaourt aux fruits	Fromage + fruits	Yaourt chocolat	

## Semaine 3

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
Tajine boeuf	Soupe de légumes	Salade verte	Couscous poulet
Légumes	Pâtes au thon	Poisson / riz	Fruits
Yaourt aux fruits	Fromage + fruits	Yaourt caramel	

## Semaine 4

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
Tajine poulet	Salade verte	Salade de tomates	Couscous boeuf
Légumes	Boulettes kefta / riz	Nuggets poulet / frites	Fruits
Yaourt chocolat	Fromage + fruits	Yaourt aux fruits	